مفید و مختصر

۱۰

# درمان با گیاهان دارویی ۲

به کوشش : محمدجوادهوشیار





از بین بردن غده چربی با گیاهان دارویی توسط مؤلف

بسم الله الرحمن الرحيم

مفید و مختصر

# درمان
# با گیاهان داروئی
# جلد ۲

به کوشش:
محمد جواد هوشیار

هوشیار قصر ، محمد جواد ، ۱۳۳۵ –
مفید ومختصر درمان با گیاهان‌داروئی جلد ۲ / به کوشش محمدجواد هوشیار / مشهد: ناشر مؤلف، ۱۳۸۸.
۲۰۰ ص. ج ۱: ۹۷۸-۹٦٤-۰٤۲۹-۲۵۹
بهاء: ۳۲۰۰۰ ریال ج ۲: ۹۷۸-۶۰۰-۵۳-۸۷۰۹-۴
فهرستنویسی براساس اطلاعات فیپا.
۱. گیاهان داروئی - - مصارف درمانی. ۲. پزشکی سنتی.
٤ د ٩٤ هـ / ١٦٤ RS ٦١٥/٣٢
۱۳۸۸
کتابخانه ملی ایران ۱۲۱۵۰٦۷

**پخش هوشیار**

**مشهد- ۱۷شهریورجنوبی۷- کوی‌مادر- بن‌بست۲۲- پ۱۱۰ تلفن:۸۵۱۰۸۲۱-۰۵۱۱**

**درمان با گیاهان داروئی جلد ۲**

**به کوشش محمد جواد هوشیار**

چاپ سوم کتاب – چاپ دوم ناشر

حروف‌چینی و صفحه‌آرایی: بهاره حسینخانی

طرح جلد : هوتسا هوشیار

قیمت : ۳۲۰۰ تومان

چاپ : مهشید

تیراژ : ۳۰۰۰ جلد رقعی



شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۵۳-۸۷۰۹-۴

**ISBN** : 978-600-53-8709-4

# فهرست مطالب

مقدمه ۱۱
آب‌آوردن انساج ۱۳
آرام‌بخش ۲۱
آرتروز ۱۶۳
آسم ۱۴
آکنه ۵۱
آنژین ۱۷
اخلاط خونی ۳۳
ادرارآور ۱۵۶
اسپرم ۱۸۳
استفراغ ۱۳۹
اسهال ۱۳۹
اسید اوریک ۱۲۷
اعصاب ۱۹
افزایش شیر ۲۹
افسردگی ۲۱
اگزما ۵۴
انزال زودرس ۱۸۳
بادسرخ ۶۰
باد فتق ۳۱
بدبویی دهان ۸۳
برص ۶۰
برفک دهان ۸۳
برونشیت ۳۱

بری‌بری ........ ۴۰
بلغم ........ ۴۰
بواسیر ........ ۴۱
بی‌اختیاری ادرار ........ ۱۵۶
بی‌اشتهایی ........ ۱۴۱
بی‌خوابی ........ ۲۲
بیرون آمدن ناف ........ ۴۴
بیضه ........ ۱۸۷
بینی ........ ۴۵
پروستات ........ ۱۸۷
پرولاسپوس ........ ۴۴
پستان ........ ۲۹
پوست ........ ۴۶
پیسوریازیس ........ ۶۰
پیسی ........ ۶۰
تب ........ ۷۱
تبخال ........ ۶۱
تپش قلب ........ ۱۲۲
ترک پوست ........ ۶۲
ترک سیگار ........ ۷۴
ترک لب ........ ۶۲
تشنج ........ ۲۳
تصلب شرایین ........ ۱۲۲
تقویت اعصاب ........ ۲۵
تقویت ذهن ........ ۷۸
تقویت عمومی بدن ........ ۸۱
تقویت معده ........ ۱۴۲
تقویت مو ........ ۱۷۲
تنگی‌نفس ........ ۱۴
تیفوئید ........ ۷۴
جذام ........ ۶۲
جراحت‌های داخلی ........ ۷۴

جرب ........ ۶۳
جلوگیری از ریزش مو ........ ۱۷۴
جوانی ........ ۱۰۹
جوش دهان ........ ۸۳
جوش صورت ........ ۵۱
چاقی درمان ........ ۷۵
چربی خون ........ ۱۲۷
چشم ........ ۷۵
چین و چروک پوست ........ ۶۴
حافظه ........ ۷۸
حاملگی ........ ۱۱۶
خارش بدن ........ ۶۵
خارش پوست ........ ۶۵
خروج مقعد ........ ۴۴
خشکی پوست ........ ۶۶
خلط آور ........ ۳۳
خنازیر ........ ۷۹
خواب‌آور ........ ۲۲
درد مفاصل ........ ۱۶۳
دریاگرفتگی ........ ۸۰
دمل ........ ۶۶
دندان ........ ۸۴
دهان ........ ۸۲
دوران نقاهت ........ ۸۱
دیابت ........ ۸۶
راشیتیسم ........ ۱۶۳
رحم ........ ۱۱۸
رعشه ........ ۲۵
رماتیسم ........ ۸۷
رویش مو ........ ۱۷۳
ریه ........ ۳۵
زخم معده ........ ۱۴۶

زخم‌های جلدی ۵۴
زخم‌های چرکین ۵۴
زردزخم ۵۴
زردی ۱۹۵
زگیل ۶۷
زنبورگزیدگی ۱۸۸
زیبایی پوست ۶۷
سرخجه ۹۱
سرخک ۹۱
سردرد ۹۲
سرطان ۹۴
سرفه ۳۶
سرماخوردگی ۹۶
سکته قلبی ۹۷
سکته مغزی ۹۷
سل ۹۸
سموم بدن ۱۰۰
سنگ کلیه ۱۲۸
سنگ مثانه ۱۵۶
سوءهاضمه ۱۴۷
سوختگی ۶۸
سودا ۱۰۰
سوزاک و سیفیلیس ۱۸
سیاتیک ۱۰۴
سیاه سرفه ۳۹
سینوزیت ۱۰۵
شادابی پوست ۶۸
شفاف شدن پوست ۶۸
شوره سر ۱۷۵
صرع ۲۶
صفرا ۱۰۵
ضعف عمومی بدن ۸۱

طحال ۱۰۷
طول عمر ۱۰۹
عرق بدن ۱۱۰
عطش ۱۳۶
عقرب گزیدگی ۱۸۸
غم و اندوه ۲۱
فشارخون ۱۱۱
فلج ۲۵
فیستول مقعد ۴۴
قاعدگی ۱۱۲
قانقاریا ۶۸
قلب ۱۲۲
قند ۸۶
قوه باه ۱۸۳
کبد ۱۲۵
کچلی ۱۷۶
کرم روده و معده ۱۴۸
کفگیرک ۶۹
کک مک ۶۹
کلسترول ۱۲۷
کلیه ۱۲۸
کم‌اشتهایی ۱۴۱
کمبود ویتامین ث ۱۳۵
کم‌خونی ۱۳۱
کمردرد ۱۶۳
کهیر ۷۰
گرفتگی صدا ۱۳۵
گرمازدگی ۱۳۶
گلودرد ۱۷
گواتر ۱۳۷
گوارش ۱۳۷
گوش ۱۵۲

| | |
|---|---|
| لاغری درمان | ۱۵۴ |
| لثه | ۸۵ |
| لقوه | ۲۵ |
| لک صورت | ۷۰ |
| لکنت زبان | ۱۵۵ |
| مارگزیدگی | ۱۸۸ |
| مالاریا | ۱۵۵ |
| مالیخولیا | ۲۸ |
| مثانه | ۱۵۶ |
| مسمومیت | ۱۶۳ |
| مفاصل | ۱۶۳ |
| منافذ پوست | ۷۰ |
| مو | ۱۷۰ |
| موخوره | ۱۷۶ |
| میخچه | ۱۷۷ |
| میگرن | ۱۷۷ |
| ناخن | ۱۷۸ |
| نازایی | ۱۷۹ |
| نفخ و باد معده و روده | ۱۴۲ |
| نقرس | ۱۸۰ |
| نیروی جنسی | ۱۸۳ |
| نیش حشرات | ۱۸۸ |
| واریس | ۱۹۰ |
| ورم پستان | ۲۹ |
| ورم طحال | ۱۰۷ |
| ورم کلیه | ۱۲۸ |
| ورم معده و روده | ۱۴۲ |
| هیستری | ۱۹۱ |
| یائسگی | ۱۹۱ |
| یبوست | ۱۹۲ |
| یرقان | ۱۹۵ |
| منابع و مآخذ | ۱۹۷ |

# مقدمه

برای درمان قبل از همه ما معتقدیم کـه بـا پزشـک خـانوادگی خـود همیشه در تماس باشید. در جامعه امروز همـه مـا نیـاز بـه یـک پزشـک خانوادگی داریم، زیرا شناخت درد مهم است. هنگامیکه درد شناخته شد آنجاست که از داروهای موردنیاز می‌توان استفاده کرد. اگر می‌خـواهیم با گیاه درمان کنیم بهتر است که ابتدا از میوه‌های موجود و یـا سـبزیها استفاده کنیم، سپس به گیاهان داروئـی مراجعـه نمـائیم. در بـین مـردم مرسوم است که گیاهان داروئی هـیچ ضـرری نـدارد در حالیکـه چنـین نیست اگر ما گیاهان داروئی را بی‌رویه استفاده کنیم ضرر آن غیر قابل جبران است و قبل از استفاده از گیاه به کتـاب خـواص گیاهـان داروئـی جلد ۲ مراجعه نموده، پس از آشنایی کامل به گیاه آن را مـورد اسـتفاده قرار دهید و همچنین سعی کنید از گیاهان سـمی کمتـر اسـتفاده کنیـد و حتماً زیر نظر پزشک باشد.

در این کتاب سعی شده است که با کلمات بسیار ساده مطالب مهم را بگوئیم. با سپاس، خواهشمند است انتقادات و پیشنهادات خـود را بـا مـا به نشانی الکترونیکی info@unknown.ir در میان بگذارید.

# آب‌آوردن انساج

۱. جهت درمان آب آوردن بدن ۳ گرم گیاه اشیرانت را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۲. جهت درمان بیماری آب‌آوردن انساج بدن ۳ گرم برگ گیاه نبات‌الشیخ را در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۳. برای رفع آب آوردن انساج ۳ گرم بالوطی را در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۲ فنجان بنوشند.

٤. یک گرم بتونیکا را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

٥. برای درمان آب آوردن انساج روزی ۳ بار هر بار ۲ گرم ساقه بیدگیاه را دم‌کرده و کمی پودر پوست خشک لیمو به آن اضافه نموده به مدت ١٤ روز بنوشند.

٦. برای رفع آب آوردن انساج یک قاشق خاکشیر را در ۲۰۰ سی‌سی آب جوشانده جرعه‌جرعه بنوشند.

۷. برای درمان آماس یا استسقاء روزی ۲ بار هر بار یک گرم دارچین را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۸. برای درمان خیز عمومی بدن ٦ گرم برگ درخت زبان گنجشک را در ۱۵۰ سی‌سی آب جوشانده سپس دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.
۹. برای درمان آب آوردن انساج به مدت ١٤ روز روزی ۲ بار هر بار یک گرم شبدر را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده پس از سردشدن با کمی عسل بنوشند.

## آسم

### تنگی‌نفس

۱. خوردن موسیر باعث تمیزشدن دستگاه تنفسی می‌گردد.
۲. پیاز لاله سرنگون برای آسم و برونشیت مفید می‌باشد البته به خاطر سمی بودنش باید خیلی کم مصرف شود حدود یک دهم گرم.
۳. برای درمان آسم ٤ گرم ریشه الاملیک را همراه ۷۵ گرم سرکه و ۵۰ گرم عسل به مدت نیم ساعت با حرارت ملایم جوشانده سپس روزی ۲ قاشق مرباخوری میل کنند.
٤. دمکرده گیاه نبات الشیخ به مقدار ۸ گرم در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش برای بیماری‌های ششی مفید می‌باشد.
۵. برای معالجه آسم ٦ گرم برگ گیاه انجیر چسب را در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.
٦. جهت درمان تنگی نفس روزی ۳ بار هر بار یک گرم انیسون (بادیان رومی) را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۷. جهت درمان آسم یک قاشق مرباخوری بارهنگ را در یک لیوان آب سرد جوشانده پس از سرد شدن با عسل شیرین نموده روزی ۳ فنجان بنوشند و یا ۵ گرم برگ پهن بارهنگ را در آب سرد ریخته ۱۰ دقیقه بجوشانند ۲۰ دقیقه دم‌کرده پس از سرد شدن با عسل شیرین نموده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۸. کسانی که تنگی نفس دارند برگ بارهنگ و در صورت نبودن خود بارهنگ را با عدس پخته به عنوان صبحانه میل کنند، شب از خوردن این غذا خودداری کنند. ابتدا عدس را پخته وقتی که کاملاً پخت یک قاشق بارهنگ به آن اضافه کنند.

۹. جهت درمان آسم تخم بالنگو، تاجریزی، خارخسک، تخم بنفشه و تاج خروس از هر کدام ۵ گرم را همراه ۲۰ گرم شکر تیغال ساییده شده در یک لیتر آب حل نموده کم‌کم بنوشند.

۱۰. جهت حساسیت مجاری تنفسی یک گرم گیاه بتونیکا را در ۱۰۰ سی‌سی آب جوشانده صاف نموده میل شود.

۱۱. برای درمان تنگی نفس یک گرم پودر ریشه گیاه بخور مریم را با آب انار بنوشند.

۱۲. جهت تسکین آسم ۲ گرم برنجاسف را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۱۰ دقیقه دم‌کرده سپس صاف نموده بنوشند و از برگ آن مانند سیگار روزی یک بار به اندازه ۲ پک دود کنند.

۱۳. برای درمان آسم روزی ۳ بار هر بار یک گرم بسفایج رادر ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۱٤. برای درمان آسم روزی ۲ بار هر بار ٥ قطره از تنتور بلادون همراه با کمی آب بنوشند. طرز تهیه تنتور در قسمت اعصاب آورده شده است.
۱۵. مالیدن روغن بنفشه روی سینه برای تنگی نفس مفید است و برطرف کننده سرفه و خشونت سینه می‌باشد. طرز تهیه روغن بنفشه در قسمت ناخن آورده شده است.
۱٦. جهت درمان آسم ۱۰ گرم گل زوفا، ۱۰ گرم گل خطمی، ۱۰ گرم پرسیاوشان و ۱۰ گرم گل بنفشه را مخلوط کرده و هر بار حدود ۲ گرم با ۲۰۰ سی‌سی آب ٥ دقیقه جوشانده سپس ۱۲ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ بار بنوشند.
۱۷. برای درمان آسم ۳ گرم ریشه پامچال را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده به مدت یک هفته روزی ۲ بار بنوشند.
۱۸. کسانی که تنگی نفس دارند از دمکرده آویشن صبح و عصر بنوشند.
۱۹. جهت درمان آسم و خلط آوری زوفا، گل خطمی، پرسیاوشان و گل بنفشه از هر کدام ۱۰ گرم را مخلوط نموده روزی ۷ گرم در ۲ لیوان آب جوشانده صاف نموده روزی ۳ نوبت به مدت ۷ روز میل شود.
۲۰. برای درمان خفقان و تنگی نفس ۱۵ گرم تخم زبان گنجشک را در ۳۰۰ سی‌سی آب جوشانده روزی ٤ – ۳ فنجان بنوشند.
۲۱. جهت درمان آسم ۲ گرم رازیانه، ۲ گرم پرسیاوشان و چند عدد انجیر را در ۲۰۰ سی‌سی آب جوشانده بنوشند.

۲۲. کسانی که آسم دارند ۳ گرم شکوفه شبدر را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۲۳. برای درمان برونش‌های مزمن ۵ گرم میوه شوکران الماء را در یک لیتر آب‌جوش ۱۰ دقیقه دم‌کرده صاف نموده هر ٦ ساعت یک لیوان بنوشند این گیاه سمی است باید تحت نظر پزشک مصرف شود.

۲٤. برای درمان آسم ۵ گرم میوه شوکران الماء را در یک لیتر آب‌جوش ۱۰ دقیقه دم‌کرده صاف نموده هر ٦ ساعت یک لیوان بنوشند این گیاه سمی است باید تحت نظر پزشک مصرف شود.

۲۵. جهت درمان تنگی نفس ۱۰ گرم شیرین بیان را در ۲۵۰ سی‌سی آب سرد ریخته هنگامی که جوش آمد ۵ دقیقه جوشانده ۱۲ ساعت بماند صاف نموده روزی ۳ فنجان میل شود کسانی که فشارخون و بیماری قند دارند از خوردن شیرین بیان خودداری کنند.

## آنژین

### گلودرد

۱. برای درمان آنژین ۱۰ گرم شیرین بیان را در ۲۵۰ سی‌سی آب سرد ریخته حرارت می‌دهیم تا به جوش آید ۵ دقیقه جوشانده سپس ۱۲ ساعت بماند آنگاه صاف نموده تا شب چند نوبت به مدت یک هفته بنوشند. کسانی که فشارخون آن‌ها بالاست با احتیاط مصرف کنند.

۲. جهت رفع گلودرد ۲ گرم برگ استوارک را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده غرغره کنند.

۳. برای درمان ورم گلو برگ و ریشه گیاه اشیرانت را جوشانده سپس غرغره کنند.

٤. برای اخراج زالوی چسبیده به گلو با جوشانده پوست درخت نارون غرغره شود.

٥. برای درمان احتقان: بابونه، ناخنک و گل بنفشه را به طور مساوی تقسیم کرده و سپس از بخور آن استفاده کنند.

٦. جهت تسکین درد گلو با جوشانده بارهنگ غرغره شود.

۷. برای تسکین گلودرد و ورم لوزه‌ها ۳ گرم برگ نو را در ۲۰۰ سی‌سی آب جوشانده غرغره شود.

۸. جهت درمان گلودرد ۱۵ گرم برنجاسف را در یک لیتر آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان نوشیده و غرغره کنند.

۹. برای معالجه لوزه‌های چرکین شیره بلادر را با کمی آب مخلوط نموده غرغره شود.

۱۰. جهت درمان و رفع چرک گلو روزی ۳ بار هر بار ۲ گرم بنفشه سه رنگ را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده به مدت یک هفته بنوشند.

۱۱. چنان‌چه زالویی در گلو چسبید با جوشانده برگ درخت بیدمشک غرغره شود.

۱۲. جهت عفونت گلو و برونشیت از روش شماره یک استفاده گردد کسانی که فشارخون آن‌ها بالاست با احتیاط مصرف کنند.

## اعصاب

۱. کسانی که فکر می‌کنند بیمار هستند و از یک نوع بیماری مجهول رنج می‌برند گیاه اشیرانت را در برنامه غذایی خود قرار دهند.
۲. جهت درمان خواب رفتگی و بی‌حسی اعضای بدن از گوشت گیاه کاکتوس به صورت سوپ استفاده شود البته با نظر پزشک باشد.
۳. جهت تیک عصبی تری ژوما (درد عصب سه قلو) ۲۰ گرم بادرنج، ۲۰ گرم مرزنجوش، ۳۰ گرم اسطوخودوس و ۱۰ گرم بابونه مخلوط نموده سپس یک گرم در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۵ دقیقه دم‌کرده روزی ۲ فنجان بنوشند.
٤. برای رفع تحریکات عصبی ۲ گرم شبدر زرد را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده شب بنوشند.
٥. برای درمان ناراحتی‌های عصبی روده بعد از غذا ۲ گرم بادیان رومی را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.
٦. جهت تسکین دردهای عصبی تری‌ژومو ۱۰ گرم برگ گیاه باریقون را با ۳۰۰ گرم هویج پخته و له شده مخلوط کرده به صورت ضماد بگذارند.
۷. جهت درمان تکان‌های غیرارادی عصب ۱۰ گرم برگ شوکران را با ۳۰۰ گرم هویج پخته و له شده مخلوط نموده به صورت ضماد بگذارند.
۸. جهت تسکین اعصاب از تخم بالنگو به صورت شربت استفاده شود.

۹. جهت درمان غش و جنون یک قاشق مرباخوری بالنگو را با یک لیوان آب جوشانده پس از سردشدن با نبات شیرین نموده میل کنند.

۱۰. جهت درمان اختلالات عصبی ۳ گرم گیاه بالوطی را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش ۱۵ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۱۱. جهت تسکین دردهای عصبی با روغن بابونه ماساژ دهند. طرز تهیه روغن بابونه در بخش رماتیسم آورده شده است.

۱۲. جهت درمان التهاب اعصاب ماهیچه‌ها ۱۰ گرم شمعدانی را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده سپس کمپرس کنند.

۱۳. برای بیماری داءالرقص یک قاشق مرباخوری برنجاسف را در یک لیوان آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۱۴. جهت درمان داءالرقص نیم گرم برگ بلادون را در یک لیتر آب‌جوش دم‌کرده شب وقت خواب یک فنجان که حدود ۱۰۰ سی‌سی می‌باشد میل شود.

۱۵. جهت تسکین دردهای عصبی روغن شاه بلوط هندی را به موضع بمالند. طرز تهیه آن در بخش واریس آورده شده است.

۱۶. جهت درمان فراموشی، کندش و بنفشه را به طور مساوی پودر کرده و مانند انفیه استفاده گردد این پودر باعث عطسه فراوان می‌شود و برای ساکت شدن عطسه داخل بینی را با آب گرم بشویند و سعی کنند مقدار خیلی کم استفاده کنند.

۱۷. مصرف زیاد دارچین برای اعصاب مضر می‌باشد.

۱۸. برای رفع اضطراب، وسواس و جنون بعدازظهرها ۲ گرم دارچین را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۱۹. دمکرده دارچین برطرف کننده پرش پلک، رعشه و جهش اندام می‌باشد.

۲۰. دمکرده دارچین ضد ترس و ضد خفقان است.

## آرام‌بخش

۱. بوییدن شمعدانی آرام‌بخش است.

۲. جهت آرام شدن اعصاب ۲ گرم گل بیدمشک را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۲ بار صبح و عصر به مدت یک هفته بنوشند.

۳. دمکرده بابونه آرام‌بخش می‌باشد و برای فشارهای عصبی مفید است.

## افسردگی - غم و اندوه

۱. جهت رفع غم و اندوه ۲ گرم اشنه‌ای را که روی درخت صنوبر روییده شده است در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۲. بابونه ضد افسردگی است صبح و عصر یک گرم بابونه را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۵ دقیقه دم‌کرده به مدت یک هفته بنوشند.

۳. دمکرده انیسون نشاط آور و ضد افسردگی می‌باشد یک گرم در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بعد از غذا بنوشند.

٤. برای رفع خستگی و افسردگی ۲ گرم برنجاسف را با یک لیوان آب‌جوش ۲۰ دقیقه دم‌کرده شب قبل از خواب به مدت یک هفته بنوشند.

۵. کسانی که افسرده هستند ۲ گرم بنفشه را در ۱۵۰ سی‌سی آب جوشانده یک ساعت قبل از خواب بنوشند.

٦. نوشیدن دمکرده دارچین برطرف کننده غم و اندوه می‌باشد.

۷. نوشیدن دمکرده بنفشه برطرف کننده غم و اندوه و غصه می‌باشد ۲ گرم در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده میل شود.

## بی‌خوابی – خواب‌آور

۱. جهت رفع بی‌خوابی نیم گرم جوز ارقم را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده یک ساعت قبل از خواب بنوشند. نباید بیش از هفت روز از این گیاه استفاده کرد چون سمی است.

۲. جهت رفع بی‌خوابی شب یک گرم بابونه را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده میل کنند.

۳. برای رفع بی‌خوابی افراد مسن چند قطره از جوشانده بابونه در بینی بچکانند.

٤. برای این که کودکان شب‌ها خواب خوشی داشته باشند در حمام با جوشانده بابونه بدن آن‌ها را ماساژ دهید.

۵. جهت رفع بی‌خوابی روغن بنفشه را به پیشانی بمالند، طرز تهیه روغن در قسمت ناخن آورده شده است.

٦. جهت درمان بی‌خوابی یکساعت قبل از خواب ۳ گرم گل پامچال را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش ۱۰ دقیقه دمکرده بنوشند و به طور کلی دمکرده گل پامچال تقویت کننده و آرام کننده اعصاب است.

۷. مصرف زیاد دارچین باعث بی‌خوابی می‌شود.

۸. برای درمان بی‌خوابی ۲ گرم سرشاخه شبدر زرد را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده شب بنوشند.

۹. جویدن برگ‌های شبدر خواب آور است نباید به مقدار زیاد جویده و میل شود.

۱۰. برای درمان بی‌خوابی و تشویش از سبزی خرفه همراه غذا میل شود و یا ۲ گرم تخم خرفه را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده شب میل کنند.

۱۱. برای رفع بی‌خوابی ۲ گرم بالوطی را با یک گرم اسطوخودوس دم‌کرده شب وقت خواب بنوشند.

۱۲. جهت بی‌خوابی کودکان شیرخوار مادر آن‌ها از دمکرده انیسون بنوشند.

۱۳. برای رفع کابوس ۳ گرم بادیان رومی را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده پس از سردشدن با عسل مخلوط نموده صبح و عصر بنوشند.

۱٤. جهت رفع بی‌خوابی ۳ گرم انیسون را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۲۰ دقیقه دم‌کرده ۷ شب بنوشند اگر چنان‌چه محلول غلیظ بود می‌توانند آب‌جوش آن را اضافه نمایند.

## تشنج

۱. برای درمان تشنج یک گرم گیاه شوکران آبی را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده با احتیاط بنوشند.

۲. برای درمان تشنج ۳ گرم گیاه شبدر را در ۱۵۰ سی‌سی آب جوشانده بنوشند.

۳. برای رفع تشنج ٦ گرم بـرگ زبـان گنجـشک را در ۱۵۰ سـی‌سـی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

٤. جهت تسکین اعصاب و رفع تشنج نیم گرم برگ بلادون را در یـک لیتر آب‌جوش دم‌کرده شب وقت خواب یک فنجان کـه حـدود ۱۰۰ سی‌سی می‌باشد میل شود. این گیاه سمی است و بهتـر اسـت بـه عنـوان خـوراکی اسـتفاده نـشود یـک روش دیگـر بـرای تـسکین اعصاب و سردرد می‌توان از تنتور آن به شقیقه‌ها بمالند.

* **طرز تهیه تنتور بلادون:** ۱۰ گرم برگ آسـیاب شـده بـلادن، ٦۰۰ گرم الکل ٦۰ درجه و ٤۰۰ گرم آب مقطر را مخلوط کرده ١٤ روز بماند پس از صاف نمودن استفاده کنند.

٥. برای درمان تشنج و نزله صمغ باریجه را در آب حـل نمـوده میـل کنند.

٦. برای رفع تشنج عصبی ٤ گرم بابونه را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۷. اگیر ترکی ضد تشنج است ٤ گرم اگیر ترکـی را در ۲۰۰ سـی‌سـی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان به مدت یک هفته بنوشند.

۸. جهـت تـشنج از دمکـرده بـرگ عطـر بـه مقـدار یـک گـرم در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۹. جهـت رفـع تـشنج و اخـتلالات عـصبی ۳۰ گـرم جـو را در ۲۰۰ سـی‌سـی آب جوشـانده صـاف نمـوده بـا ٤ گـرم گـرد ریـشه برنجاسف مخلوط نموده میل شود.

## تقویت اعصاب

۱. برای تقویت اعصاب ۱۰ گرم شیرین بیان را در ۲۵۰ سی‌سی آب سرد خیسانده سپس جوشانده ۱۲ ساعت بماند صاف نموده روزی ۳ فنجان بنوشند، کسانی که بیماری قند و یا فشارخون دارند از مصرف این نوشیدنی خودداری کنند.

۲. دمکرده دارچین تقویت کننده اعصاب می‌باشد بعدازظهرها ۲ گرم دارچین را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند هر ماه یک هفته و بیشتر در فصل پاییز و زمستان از چای دارچین استفاده کنند.

۳. جهت تقویت اعصاب از دمکرده گیاه باکوپا استفاده گردد.

٤. بادروج تقویت کننده اعصاب است یک گرم در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بعد از غذا بنوشند.

٥. برای درمان ضعف اعصاب ۳ گرم برگ و پوست درخت بداغ جنگلی را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

## رعشه – لقوه – فلج

۱. کسانی که لقوه دارند روزی ٦ – ٥ بار از دود برگ گز به صورت بخور استفاده کنند.

۲. برای درمان فلج و کسانی که فلج شده‌اند همراه صبحانه مربای اگیر ترکی میل کنند.

۳. برای رفع رعشه و فلج به مدت یک هفته روزی ۲ قاشق مرباخوری روغن دارچین میل کنند.

* **طرز تهیه روغن دارچین:** ۵۰ گرم دارچین را در ۵۰۰ گرم روغن زیتون مخلوط کرده سپس به مدت ٦ – ٤ ساعت حرارت غیر مستقیم (بن‌ماری) داده سپس صاف نموده استفاده گردد.

٤. جهت سستی، فلج، لقوه و پرش‌های ناگهانی اعضاء صبح و عصر هر بار یک گرم از گرد پیاز عنصل که تشویه شده است همراه یک استکان آب بنوشند و یا از سرکه پیاز عنصل همراه ناهار یک قاشق چایخوری میل کنند، طرز تهیه سرکه پیاز عنصل در قسمت سکته مغزی گفته شده است.

۵. جهت رفع فلج و سستی اعضاء روزی ۲ بار هر بار ٤۰ قطره از تنتور پای گرگ را همراه کمی آب بنوشند.

٦. برای فلجی که در اثر سردی باشد مقدار خیلی کمی از صمغ بخورالاکراد را بمکند.

۷. برای درمان فلجی که در اثر سردی باشد با روغن درخت بان موضع را ماساژ دهند، طرز تهیه روغن درخت بان در قسمت زگیل آورده شده است.

۸. جهت درمان لقوه ۲ گرم بسفایج را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش ۵ دقیقه دم‌کرده بنوشند.

۹. جهت درمان بیماری لقوه روغن بابونه را بمالند.

## صرع

۱. جهت رفع صرع، فلج و سستی اعضاء ۲ – ۱ گرم از ریشه گیاه الاملیک را در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده به مدت ٤ – ۳ روز،

روزی ۳ فنجان بنوشند. این گیاه سمی است با احتیاط مصرف کنند.

۲. میوه درخت الستونیه برای درمان بیماری صرع و جنون مفید است.

۳. برای درمان بیماری صرع و بی‌خوابی که ناشی از ضعف اعصاب می‌باشد ۱۰ گرم بادآورد را در ۲۰۰ سی‌سی آب جوشانده ۵ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

٤. جهت درمان بیماری صرع روزی چند بار از دود اشنه به صورت بخور استفاده کنند.

٥. برای بیماری صرع و ناراحتی‌های روانی ۲ گرم گیاه باکوپا را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۲ فنجان بنوشند.

٦. جهت بیماری صرع ۲۵ گرم ریشه برنجاسف را با ۱۰۰ گرم عسل مخلوط نموده روزی ۳ قاشق مرباخوری میل کنند.

۷. دمکرده بسفایج برای بیماری صرع مفید است.

۸. جهت بیماری صرع و مالیخولیا روزی ۲ بار، هر بار یک گرم از گرد پیاز عنصل که تشویه شده است میل کنند.

* **روش تشویه پیاز عنصل:** پیاز عنصل را داخل خمیر گذاشته و خمیر را زیر آتش یا در فر قرار می‌دهند تا بپزد سپس پیاز را خارج کرده پوسته‌های سوخته خارجی آن را کنار گذاشته مغز پیاز را برش زده در سایه خشک می‌نمایند سپس به صورت گرد درآورده و استفاده کنند. توجه داشته باشند که پیاز عنصل سمی است و اگر با پوست تماس پیدا کند امکان تاول وجود دارد

همچنین کسانی که ناراحتی معده و یا کلیه دارند از این پیاز استفاده نکنند.

۹. برای بیمارانی که صرع دارند ۱۵ قطره از عصاره زلف پیر رسمی را با کمی آب میل کنند.

## مالیخولیا

۱. دمکرده دارچین برای بیماری‌های جنون و مالیخولیا مفید می‌باشد.
۲. جهت درمان مالیخولیا و رفع کابوس ۲۰ گرم پودر رازیانه را با ۱۵۰ گرم عسل مخلوط نموده صبح و عصر یک قاشق مرباخوری همراه آب میوه میل کنند.
۳. برای درمان بیماری مالیخولیا ۳ گرم چوب، پوست و برگ سرشاخه‌های درخت بیدمشک را در ۲۰۰ سی‌سی آب جوشانده صاف نموده بین غذا نصف استکان بنوشند.
٤. کسانی که به علت پرخوری دچار مالیخولیا شده‌اند ۲ گرم بنفشه را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دمکرده شب قبل از خواب بنوشند.
٥. برای درمان بیماری مالیخولیا ٥ گرم بادیان را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۲۰ دقیقه دمکرده روزی ۳ فنجان بنوشند.
٦. گیاه بادآورد برای بیماری‌های عصبی، مالیخولیا و هیستری مفید است، ۸ گرم در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش دمکرده روزی ۳ فنجان بنوشند.
۷. جهت درمان مالیخولیا و رفع کابوس ۲۰ گرم پودر رازیانه را با ۱۵۰ گرم عسل مخلوط نموده صبح و عصر یک قاشق مرباخوری همراه آب میوه میل کنند.

# افزایش شیر

## پستان – ورم پستان

۱. خوردن بادروج باعث افزایش شیر می‌گردد نباید زیاد مصرف گردد چون برای معده مضر است و دیر هضم می‌باشد.

۲. جهت افزایش شیر یک گرم بادیان را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش ۲۰ دقیقه دم‌کرده سپس به مدت یک هفته بنوشند.

۳. جهت افزایش شیر ۲ گرم بادیان رویم را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

٤. جهت افزایش شیر از دمکرده برگ یا ریشه بگونیا استفاده شود.

۵. جهت ازدیاد شیر ۵۰ گرم رازیانه را با ۵۰ گرم شکر آسیاب نموده روزی یک قاشق مرباخوری به مدت ۲۰ روز میل شود.

٦. اگر مادران شیرده بعد از غذا کمی رازیانه بجوند باعث ازدیاد شیر می‌گردد و همچنین از نفخ و دل درد کودکان جلوگیری می‌کند.

۷. جهت ازدیاد شیر سبزی خرفه را همراه غذا میل کنند.

۸. جهت ورم پستان روغن پوست درخت نارون را بمالند. طرز تهیه آن در قسمت تبخال آورده شده است.

۹. جهت تسکین درد پستان که در اثر جمع شدن شیر می‌باشد بادروج را له نموده به صورت ضماد بگذارند.

۱۰. جهت ورم پستان ۱۰ گرم انیسون را در ۳۰۰ سی‌سی آب جوشانده سپس با محلول گرم به صورت کمپرس استفاده شود.

۱۱. برای جلوگیری از بزرگ شدن پستان ۱۰ گرم برگ شوکران را با ۳۰۰ گرم هویج پخته له شده مخلوط نموده به صورت ضماد بگذارند. این گیاه سمی است خانم‌هایی که بچه شیر می‌دهند از گذاشتن این ضماد خودداری کنند و مصرف زیاد آن مضر می‌باشد.

۱۲. جهت درمان درد پستان روغن بنفشه را با زرده تخم‌مرغ مخلوط نموده ماساژ دهند. طرز تهیه روغن بنفشه در قسمت ناخن آورده شده است.

۱۳. برای از بین بردن شقاق و گلوله سر پستان که در اثر جمع شدن شیر در پستان و ندوشیدن آن بوجود می‌آید پوکه درخت بید را ساییده با سرکه مخلوط نموده به صورت ضماد در محل قرار دهند.

۱٤. برای بزرگ شدن پستان برگ بید و برگ بید انجیر را کوبیده به صورت ضماد بگذارند.

۱۵. برای از بین بردن ورم پستان تودری را خیس نموده به صورت ضماد بگذارند.

۱٦. جهت درمان ورم پستان یک قاشق خاکشیر را با مقداری نبات در ۲۰۰ سی‌سی آب جوشانده بنوشند. همچنین مقداری خاکشیر را با آب جوشانده تا آب آن تبخیر شود سپس روی پارچه‌ای پهن نموده روی قسمت ورم به صورت ضماد بگذارند.

۱۷. جهت درمان تومور پستان ریشه گیاه اشیرانت را جوشانده تا غلیظ شود سپس به صورت ضماد بگذارند.

۱۸. برای درمان ورم پستان شیره خرفه را با سرکه مخلوط کرده به صورت ضماد بگذارند.

۱۹. برای درمان شقاق پستان گل خطمی سفید را جوشانده صاف نموده سپس با آب آن بشویند.

۲۰. خانم‌ها برای برجسته شدن عضلات و ماهیچه‌های سینه از مرهم ذیل می‌توانند استفاده کنند.

* ۲۰ گرم دارچین، ۲۰ گرم دارفلفل، ۲۰ گرم رازیانه و ۲۰ گرم میخک همه را پودر نموده سپس کره گاوی را گرم کرده تا به حالت مایع درآید آن گاه پودرها را اضافه کرده خوب مخلوط نموده سپس روزی ۲ بار ماساژ دهند.

۲۱. برای درمان ورم پستان ۱۰ گرم رازیانه را در ۲۰۰ سی‌سی آب جوشانده پارچه‌ای را خیس نموده به صورت کمپرس بگذارند.

## باد فتق

۱. در گذشته کسانی که باد فتق داشتند جهت درمان از دمکرده دارچین استفاده می‌کردند.

## برونشیت

۱. پیاز لاله سرنگون برای درمان برونشیت مفید می‌باشد البته به خاطر سمی بودنش باید خیلی کم مصرف شود حدود یک دهم گرم.

۲. جهت درمان برونشیت و خروج خلط از سینه ٦ گرم گیاه اشیرانت را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۳. برای درمان برونشیت مزمن ۱۰ گرم بادآورد را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

٤. جهت درمان برونشیت روزی ۲ بار هر بار یک گرم برگ گیاه عطر را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

٥. جهت درمان برونشیت روزی ۲ بار هر بار یک گرم برگ گیاه عطر را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

٦. جهت درمان ذات‌الریه و برونشیت روزی ۳ بار هر بار ۲ گرم بنفشه سه رنگ را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده به مدت یک هفته بنوشند.

۷. جهت درمان برونشیت کهنه از شیره ساقه بیدگیاه روزی ۳ قاشق مرباخوری همراه کمی آب بنوشند.

۸. جهت درمان برونشیت ۳ گرم گل پامچال را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۹. دمکرده آویشن برای برونشیت مفید است.

۱۰. برای بیماری‌ها نزله و برونشیت به مدت یک هفته روزی ۲ بار هر بار یک گرم شبدر آبی را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

## اخلاط خونی - خلط‌آور

۱. جهت دفع اخلاط خونی از سینه ۵ گرم گیاه اثل را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۱۰ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۲. برای قطع اخلاط خونی ٦ گرم گیاه اشیرانت را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۳. جهت دفع اخلاط خونی یک گرم جوز ارقم را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۲ فنجان به مدت ۳ روز بنوشند.

٤. جهت رفع اخلاط خونی ابتدا تودری را خیس نموده سپس با عسل مخلوط نموده روزی یک قاشق با کمی آب گرم بنوشند.

۵. برای دفع اخلاط خونی یک قاشق خاکشیر را در یک لیوان آب جوشانده جرعه‌جرعه بنوشند.

٦. گیاه اکلیپتا خلط آور می‌باشد ٤ گرم در ۳۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۵ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۷. گیاه نبات الشیخ خلط آور می‌باشد، ۸ گرم در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۸. دمکرده بادروج رفع کنند خلط می‌باشد یک گرم در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بعد از غذا بنوشند.

۹. بادیان رومی خلط آور است ۲۰ گرم بادیان ساییده شده را با ۱۰۰ گرم عسل مخلوط نموده روزی یک قاشق همراه آب گرم میل‌کنند.

۱۰. برنگ کابلی دفع کننده اخلاط لزج از بدن است ۱۲ گرم میوه آن همراه شیر میل شود.

۱۱. دمکرده بسفایج خلط آور است ۲ گرم در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۱۲. دمکرده گل بنفشه خلط آور می‌باشد. یک قاشق غذاخوری در یک لیوان آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۱۳. برای دفع سموم و اخلاط خون به مدت یک هفته آش ساده با تمبر هندی به عنوان غذا و یک استکان عرق بید ۱۰ صبح و ۵ عصر میل کنند.

۱٤. دمکرده گل و یا ریشه پامچال خلط آور است ۲ گرم در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۱۵. برای بیرون راندن اخلاط سینه ۱۰ صبح و ۵ عصر از دمکرده پرسیاوشان بنوشند و بعد از نوشیدن به مدت ۲ ساعت بیدار بمانند که خلط داخل ریه نرود.

۱٦. جهت دفع اخلاط غلیظ از ریه و سینه ابتدا تودری را خیسانده سپس جوشانده آنگاه در کیسه‌ای کوچک ریخته و کیسه را داخل خمیر بگذارند و بپزند آن گاه میل کنند.

۱۷. پیاز عنصل تشویه شده بهترین پاک کننده اخلاط فاسد و جرم‌های بیماری‌زا می‌باشد و روان کننده اخلاط مضر جمع شده در یک عضو است.

۱۸. جهت رفع ترشحات مخاط ها ۳ گرم برگ و جوانه درخت داغداغان را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۱۹. برگ درخت زبان گنجشک خلط آور می‌باشد ٤ گرم در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۲۰. جهت دفع اخلاط فاسد ۳ گرم درمنه را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده به مدت یک هفته روزی ۲ بار صبح و عصر بنوشند.

۲۱. دمکرده رازیانه خلط آور می‌باشد.

۲۲. برای دفع اخلاط سینه یک گرم گرد میوه شوکران الماء را همراه شربت ساده صبح و عصر به مدت ۸ روز بنوشند، این گیاه سمی است باید با نظر پزشک مصرف گردد.

۲۳. شیرین بیان خلط آور است ٤ گرم در ۲۵۰ سی‌سی آب جوشانده سپس دم‌کرده هر ٦ ساعت یک فنجان بنوشند، کسانی که فشارخون آن‌ها بالاست و یا بیماری قند دارند با احتیاط مصرف کنند.

۲٤. جهت نزله‌های ششی، ذات‌الجنب و اخلاط خونی ۸ گرم برگ شمشاد را در ۵۰۰ سی‌سی آب جوشانده روزی ۳ فنجان بنوشند. از مصرف بی‌رویه این گیاه خودداری کنند زیرا باعث مسمومیت می‌گردد.

**ریه**

۱. جهت درمان ریه ٦ گرم گیاه اشیرانت را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۲. برای درمان عفونت ریه ۱۰ گرم بادآورد را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۳. برای درمان ناراحتی‌های ریوی یک گرم انیسون بری را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش ۱۰ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

٤. برای نرم کردن سینه و خشونت ریه ۳ گرم برگ درخت بان را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.
٥. جهت درمان عفونت‌های ریـه ۳ گـرم بـرگ درخـت بـو را در ۳۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.
٦. جهت قطع خونریزی ریه ۲ گرم گـل گیـاه تـاج خـروس را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.
۷. جهت درمان عفونت ریه ۸ گرم پرسیاوشان کـه تـازه باشـد را در ۵۰۰ سـی‌سـی آب ۲۰ دقیقـه جوشـانده صـاف نمـوده پـس از سردشدن با عسل مخلوط کرده طی ۳ نوبت در روز بنوشند.
۸. بیماران ریوی از ریشه زامور روزی ۲ بـار هـر بـار ۱/۵ گـرم در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

## سرفه

۱. جهت تسکین سرفه یـک دهـم گـرم پیـاز لالـه سـرنگون را همـراه آب‌جوش میل کنند، این گیاه سمی است با احتیاط مصرف شود.
۲. جهت تسکین سرفه و ناراحتی‌های ریه حسن لبه را به مقـدار کمـی در روز بجوند.
۳. جهت درمان سرفه‌های کهنه ۲ – ۱ گرم از ریـشه گیـاه الاملیـک را در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش ۵ دقیقه دم‌کرده به مدت ۳ روز، روزی ۳ فنجان بنوشند این گیاه سمی است با احتیاط بنوشند.
٤. جهت تسکین درد سینه و رفع سرفه ۳ گرم اگیـر ترکـی را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۲۰ دقیقه دم‌کـرده پـس از سردشـدن بـا عـسل مخلوط نموده روزی ۳ فنجان میل کنند.

۵. جهت درمان سرفه‌های خشک تخم بالنگو، تخم ریحان، بالنگ و قدومه از هر کدام ۱۰ گرم مخلوط نموده سپس یک قاشق مرباخوری در یک لیوان آب کمی جوشانده سپس دمکرده صاف نموده با عسل شیرین نموده جرعه‌جرعه بنوشند.

٦. برای درمان سرفه و برونشیت بسفایج، انیسون و شیرین بیان از هر کدام ۲ گرم را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دمکرده بنوشند.

۷. جهت تسکین سرفه یک گرم بلیله را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده پس از سردشدن کمی عسل به آن اضافه نموده به مدت یک هفته بعدازظهرها بنوشند.

۸. برای سرفه‌های مزمن از دمکرده گل پامچال بنوشند.

۹. دمکرده پرسیاوشان درمان کننده سرفه می‌باشد.

۱۰. جهت درمان سرفه‌های کهنه و خشونت سینه بعد از غذا از گرد پیاز عنصل تشویه شده یک قاشق چایخوری میل کنند، طرز تهیه آن در قسمت اعصاب آورده شده است.

۱۱. جهت درمان سرفه‌های مقاوم هر ۸ ساعت کمی خرفه را جویده و میل کنند و یا از دمکرده تخم خرفه بنوشند.

۱۲. برای درمان سرفه ۵ گرم برگ یا ریشه خطمی را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده سپس صاف نموده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۱۳. جهت درمان سرفه‌های مزمن و کهنه ۲ گرم دارچین را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده صبح ناشتا بنوشند.

۱٤. جهت تسکین سرفه از میوه داغداغان می‌توان استفاده کرد.

۱۵. جهت سرفه‌های مزمن ۱۰ گرم تخم زبان گنجشک را در ۳۰۰ سی‌سی آب جوشانده روزی ٤ — ۳ فنجان بنوشند.

۱٦. برای درمان سرفه ۲ گرم رازیانه و ۲ گرم پرسیاوشان و چند عدد انجیر را در ۲۰۰ سی‌سی آب جوشانده بنوشند.

۱۷. برای درمان سرفه‌های خشک یک گرم شبدر آبی رادر ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دمکرده روزی ۳ بار بنوشند.

۱۸. برای رفع سرفه و خشونت سینه یک قاشق آب شبدر تازه را با عسل مخلوط نموده میل کنند و یا ۳ گرم شبدر خشک شده را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دمکرده پس از سردشدن با عسل شیرین نموده میل شود.

۱۹. برای نرم کردن سینه و رفع سرفه ٥ گرم خطمی خبازی را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دمکرده جرعه‌جرعه بنوشند.

۲۰. رازیانه پاک کننده مجاری سینه می‌باشد مانند چای دمکرده بنوشند.

۲۱. جهت نرم شدن سینه قبل از غذا از سوپ چاودار استفاده کنند.

۲۲. جهت تسکین بیماری‌های سینه، ریه و سرفه مقدار بسیار کمی از صمغ بخورالاکراد را بمکند.

۲۳. برای رفع درد سینه ضماد برنجاسف را روی سینه بگذارند.

۲٤. دمکرده آویشن برای سرفه مفید است.

## سیاه‌سرفه

۱. برای درمان سیاه سرفه ۳ گرم رازیانه را در ۲۰۰ سی‌سی آب جوشانده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۲. برای درمان سیاه‌سرفه ۳۰ گرم دانه زبان‌گنجشک را در ۷۵۰ سی‌سی آب جوشانده پس از سردشدن صاف نموده با ۲۰۰ گرم عسل مخلوط نموده روزی ۳ بار هربار ۲ قاشق غذاخوری میل‌کنند.

۳. جهت درمان سیاه سرفه روزی ۳ بار هر بار ۲ گرم بنفشه سه رنگ را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بمدت یک هفته بنوشند.

٤. جهت درمان سیاه سرفه ٥ گرم بنفشه را با ۲ لیوان آب جوشانده سپس صاف نموده پس از سردشدن با ۲ قاشق غذاخوری عسل مخلوط نموده ۳ قسمت کرده و هر ۸ ساعت یک قسمت را بنوشند.

٥. برای درمان سیاه سرفه روزی ۲ بار هر بار ٥ قطره از تنتور بلادون را همراه کمی آب بنوشند، طرز تهیه تنتور در قسمت اعصاب آورده شده است.

٦. جهت تسکین سیاه سرفه یک گرم گیاه بتونیکا را در ۱۰۰ سی‌سی آب جوشانده صاف نموده میل شود.

۷. جهت تسکین سیاه سرفه ۳ گرم گیاه بالوطی را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۸. برای سیاه سرفه یک گرم انیسون را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۹. جهت درمان سیاه سرفه ۱٥ گرم گل پامچال را در ٥۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۲۰ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

## بری بری

۱. جهت درمان بیماری بری‌بری ریشه گیاه باکوپا به مقدار ۲ گرم در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.
۲. نوشیدن دمکرده تخم تاج خروس بدن را در مقابل بیماری بری‌بری مقاوم می‌کند.

## بلغم

۱. برای برطرف کردن بلغم ٤ گرم اگیر ترکی را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.
۲. جهت درمان خناق بلغمی ۲ – ۱ گرم ریشه گیاه الاملیک را با عسل مخلوط کرده به مدت ۳ روز میل کنند.
۳. جهت درمان اسهال بلغمی ریشه بارهنگ و خطمی را به طور مساوی جوشانده سپس دم‌کرده پس از صاف کردن بنوشند.
٤. جهت درمان سردردهای بلغمی مقدار کمی صمغ بخورالاکراد را بمکند یا از بخور آن استفاده کنند.
۵. جهت دفع اخلاط بلغمی ۱۲ گرم میوه برنگ کابلی را همراه شیر میل کنند.
٦. دمکرده بسفایج ضد بلغم است.
۷. جوشانده آویشن ضد بلغم است.
۸. برای رفع اسهال‌های بلغمی ریشه خطی و بارهنگ را به طور مساوی جوشانده میل کنند.

۹. دمکرده درمنه ترکی ضد بلغم است ۳ گرم در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۱۰. مصرف شیرین بیان برای بیماری بلغم مفید می‌باشد.

* ۱۰ گرم شیرین بیان را در ۲۵۰ سی‌سی آب سرد ریخته هنگامی که جوش آمد ۵ دقیقه جوشانده ۱۲ ساعت بماند صاف نموده تا شب چند نوبت میل شود، کسانی که بیماری قند و فشارخون دارند از خوردن آن خودداری کنند.

## بواسیر

۱. برای از بین‌بردن دانه‌های بواسیر روزی ٦ – ٥ بار با دود برگ گز بخور دهند.

۲. جهت قطع خونریزی بواسیر ۵ گرم برگ گیاه گز را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۱۰ دقیقه دم‌کرده صاف نموده روزی ۳ فنجان به مدت یک هفته بنوشند.

۳. جهت درمان بواسیر ۳ گرم گیاه اشیرانت را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند، خانم‌های حامله از خوردن این گیاه خودداری کنند.

٤. جهت درمان بواسیر روزی ۲ گرم رزین حسن لبه میل شود و به صورت استعمال خارجی نیز استفاده گردد.

٥. جهت درمان بواسیر و نواسیر ریشه الاملیک را در روغن زیتون پخته به صورت ضماد بگذارند.

٦. جهت قطع چرک بواسیر گیاه انجیر چسب را کوبیده به صورت ضماد بگذارند.
۷. جهت درمان بواسیر برگ تازه نارون را کوبیده به صورت مرهم بگذارند.
۸. دمکرده گیاه بادآورد برای درمان بواسیر مفید می‌باشد ۸ گرم در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده قبل از غذا یک فنجان بنوشند.
۹. برای جلوگیری از خونریزی زیاد بواسیر یک قاشق مرباخوری بارهنگ را در یک لیوان آب سرد جوشانده با نبات شیرین نموده بنوشند.
۱۰. جهت درمان بواسیر کمی از صمغ باریجه را در آب حل نموده به مدت ۳ روز بنوشند.
۱۱. جهت بواسیر خونی روغن باقلای هندی را به محل بمالند.
۱۲. برای درمان بواسیر گیاه بردی را خشک نموده سپس در گاز یا پارچه‌ای گذاشته آن را روی بواسیر بگذارند.
۱۳. جهت معالجه بواسیر ۲ گرم گل تاج خروس را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.
۱٤. جهت درمان بواسیر ۲ گرم بسفایج و ۱۰ دانه عناب را در ۲۰۰ سی‌سی آب جوشانده به مدت ۱۵ روز بنوشند.
۱۵. جهت درمان ناراحتی‌های بواسیر هر شب ۵ قطره از تنتور بلادون همراه کمی آب بنوشند.
۱٦. جهت درمان بواسیر از ضماد بلوط هندی و یا پوست آن استفاده گردد.

۱۷. برای درمان بواسیر میوه بلیله را جوشانده به صورت ضماد در محل بگذارند و یا از پودر بلیله روی بواسیر بپاشند.

۱۸. جهت درمان بواسیر به مدت یک هفته روزی ۲ بار هر بار ۲ گرم بنفشه سه رنگ را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده صبح و عصر بنوشند.

۱۹. جهت بندآوردن خون بواسیر ساقه بیدگیاه را سوزانده خاکستر آن را در محل بریزند.

۲۰. جهت تسکین درد بواسیر برگ تاتوره را کوبیده به صورت ضماد بگذارند این گیاه سمی است از آن زیاد استفاده نشود.

۲۱. برای درمان بواسیر باقلای مصری را در سرکه جوشانده تا بسوزد سپس به صورت ضماد بگذارند.

۲۲. کسانی که بواسیر دارند یک قاشق مرباخوری تخم خرفه را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده سپس بنوشند.

۲۳. کسانی که خونریزی رکتوم دارند از دمکرده دارچین بعدازظهرها بنوشند.

* خونریزی رکتوم نوعی بیماری است که همیشه بعد از اجابت مزاج یا همراه مدفوع مقداری خون خارج می‌گردد.

۲٤. برای درمان بواسیر و ورم آن از عصاره گیاه زلف پیر رسمی به محل بمالند.

۲۵. جوشانده شیرین بیان برای بواسیر مفید می‌باشد.

* **طرز تهیه جوشانده شیرین بیان:** ۱۰ گرم شیرین بیان را در ۲۵۰ سی‌سی آب سرد ریخته هنگامی که جوش آمد ٥ دقیقه جوشانده

۱۲ ساعت بماند صاف نموده تا شب چند نوبت میل شود کسانی که بیماری قند و فشارخون بالا دارند از خوردن آن خودداری کنند.

### خروج مقعد - پرولاسپوس

۱. جهت درمان خروج مقعد اطفال (پرولاسپوس) با روغن بنفشه به محل بمالند، طرز تهیه روغن بنفشه در قسمت ناخن آورده شده است.

۲. برای درمان خروج مقعد برگ شمشاد را به مقدار ۵۰ گرم در ۵۰۰ سی‌سی آب جوشانده سپس شستشو دهند.

### فیستول مقعد

۱. برای درمان پایین افتادن مقعد ۱۰ - ۵ گرم ریشه زامور را در ۱۰۰ سی‌سی آب جوشانده صاف نموده با ژلاتین مخلوط نموده به صورت شیاف استفاده کنند و یا فتیله‌ی کوچکی را به محلول آغشته نموده داخل مقعد بگذارند.

## بیرون آمدن ناف

۱. اگر ناف نوزادی بیرون آمده است مادر کودک چند روز ۳ گرم بنفشه را در ۲۰۰ سی‌سی آب سرد جوشانده میل کنند و مقداری به ناف کودک بمالند.

## بینی

۱. برای جلوگیری از خون دماغ با جوشانده اگیر ترکی هنگامی که سرد شد بینی را بشویند.

۲. برای جلوگیری از خونریزی بینی بادروج را با سرکه و کمی کافور مخلوط نموده به صورت فتیله در بینی بگذارند.

۳. برای جلوگیری از خونریزی بینی پارچه کوچکی را با عصاره برگ درخت بان آغشته نموده به صورت فتیله در بینی بگذارند.

٤. جهت رفع گرفتگی بینی و قطع ریزش آب آن که در اثر سرماخوردگی است صمغ گیاه بخورالاکراد را در آتش انداخته و از دود آن استنشاق کنند.

٥. برای جلوگیری از خون دماغ پنبه را با جوشانده پوست بلوط آغشته کرده داخل بینی بگذارند.

٦. جهت بازشدن بینی با دمکرده گل بنفشه استنشاق شود یک قاشق غذاخوری گل بنفشه را در یک لیوان آب‌جوش دم‌کرده صاف نموده استفاده کنند.

۷. جهت درمان خرناس در شب داخل بینی را با روغن بنفشه چرب نمایند.

۸. برای برطرف کردن حساسیت‌های فصلی داخل بینی را با روغن بنفشه چرب نمایند.

۹. برای احتقان بینی ۲ گرم بنفشه سه رنگ را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بعدازظهر بنوشند و با جوشانده گل بنفشه استنشاق کنند.

۱۰. کسانی که خرناس می‌کشند ۲ گرم بوراکس را در ۲۰ سی‌سی آب‌جوش حل نموده سپس ۵۰ گرم روغن بادام شیرین را به آن اضافه نموده با حرارت غیر مستقیم (بن ماری) حرارت داده تا آب تبخیر شود سپس فتیله‌ای را به روغن آغشته کرده داخل بینی بگذارند.

۱۱. برای رفع حساسیت بینی و عطسه با عرق بید استنشاق کنند.

۱۲. برای جلوگیری از خونریزی بینی کمی از عصاره تازه بیدگیاه را در بینی بچکانند.

۱۳. بوئیدن گل بیدمشک بازکننده گرفتگی بینی می‌باشد.

۱٤. برای قطع خونریزی بینی خاکستر چوب درخت بیدمشک را در بینی ریخته و سر را بالا نگه دارند تا خونریزی قطع شود.

۱۵. جهت بازشدن بینی و رفع سرماخوردگی روغن بیدمشک را در بینی بچکانند.

۱٦. جهت بازشدن بینی از بخور پرسیاوشان استفاده شود.

۱۷. برای قطع خونریزی بینی چند قطره از عصاره زلف پیررسمی در بینی بچکانند.

## پوست

۱. جهت بازشدن رنگ چهره با صابون شاهتره صورت را بشویند و یا از ماسک برگ تازه آن استفاده کنند، برگ شاهتره را کوبیده کمی عرق کاسنی به آن اضافه نموده سپس پارچه نخی تمیزی را آغشته کرده به صورت بمالند.

۲. برای درمان ناراحتی‌های پوستی منجمله جذام دانه‌های سیلها را به مقدار ۵۰ گرم در یک لیتر الکل طبی ۳۰ درجه خیسانده بعد از یک ماه صاف نموده روی لکه‌ها بمالند.

۳. روغن دارچین ضد قارچ و باکتری است.

* **طرز تهیه روغن دارچین:** ۲۰ گرم دارچین را در ۲۰۰ گرم روغن زیتون مخلوط کرده به مدت ٤ ساعت با آب‌جوش حرارت غیر مستقیم (بن‌ماری) داده سپس صاف نموده استفاده گردد.

٤. برای پیشگیری از عفونت بریدگی روزی ۳ – ۲ گرم از دمکرده دارچین به مدت چند روز بنوشند.

۵. جهت درمان بیماری داءالثعلب خاکستر غنچه نشکفته گیاه درمنه را با روغن زیتون مخلوط نموده به محل بمالند.

٦. جهت درمان کوفتگی و خون‌مردگی گیاه اشیرانت را دم‌کرده به صورت خوراکی بنوشند و پارچه‌ای را در محلول خیس نموده به صورت ضماد بگذارند، این گیاه لخته‌های خون را تحلیل می‌کند.

۷. برای برطرف کردن حساسیت‌های پوستی از خرفه به صورت ضماد استفاده شود.

۸. جهت درمان آفتاب‌سوختگی تخم خرفه را با روغن کنجد مخلوط نموده روی پوست بمالند.

۹. برای بازشدن رنگ صورت ۲۰ گرم گیاه چشم خروس را در یک لیتر آب جوشانده سپس صورت را بشویند.

۱۰. برای باز شدن رنگ صورت صبح‌ها یک قاشق خاکشیر را همراه یک لیوان آب جوشانده میل کنند.

۱۱. برای بازشدن رنگ چهره و گلگون نمودن آن ۳ گرم تودری را در ۳۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده طی چند نوبت در روز بنوشند.

۱۲. برای بیماری قانقاریا باقلای مصری را پخته به صورت ضماد بگذارند.

۱۳. برای درمان بعضی از بیماری‌های پوستی مانند سودا که با ترشح و خارش همراه می‌باشد می‌توان گرد یا هاگ گیاه پای گرگ را روی آن پاشید.

۱٤. جهت بیماری‌های مزمن پوستی روزی ۳ بار، هر بار ۲ گرم ساقه بیدگیاه را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده به مدت ۱٤ روز بنوشند.

۱۵. برای درمان مرض سرانگشتان روزی ۳ قاشق مرباخوری آب برگ درخت بید را بنوشند.

۱٦. جهت درمان قانقاریا و زخم‌های دیرعلاج پوست درخت بید را خشک نموده آسیاب کرده روی زخم بپاشند و با جوشانده پوست درخت بید زخم را بشویند.

۱۷. برای جلوگیری از خونریزی ضماد برگ درخت بید را در محل بگذارند.

۱۸. برای نرم شدن پوست و جلوگیری از شکنندگی آن ۵ گرم برگ بنفشه را در ۲ لیوان آب‌جوش دم‌کرده سپس دست و صورت را با آن بشویند.

۱۹. جهت درمان آفتاب‌زدگی ۵ گرم برگ بنفشه را در ۲ لیوان آب‌جوش دم‌کرده سپس دست و صورت را با آن بشویند.

۲۰. برای جمع شدن و سفت شدن پوست ۱۵۰ گرم آرد بلوط، ۵۰ گرم آرد جو، ۵۰ گرم سرکه و ۱۵۰ — ۱۰۰ گرم گلاب را مخلوط نموده حرارت دهند تا بپزد سپس پوست را پس از تمیز کردن با آن ماساژ دهند.

۲۱. جهت نرم کردن پوست، ساقه‌های جوان و پوست درخت بلوط را پودر کرده ۵۰ گرم در یک لیتر آب جوشانده صاف نموده سپس دست‌ها را در آن آب قرار دهند.

۲۲. جهت درمان گال اسب و سگ ۵۰ گرم میوه شمشاد را در یک لیتر آب جوشانده سپس نصف استکان سرکه با آن مخلوط کرده زخم را بشویند.

۲۳. برای نرم و لطیف شدن پوست دست و صورت ۱۵ گرم گل و برگ برنجاسف را با ۱۵ گرم گل خطمی در یک لیتر آب خیسانده سپس ۱۵ دقیقه جوشانده پس از سردشدن دست و صورت را با این محلول بشویند.

۲۴. برای پوست‌های آلرژی‌زا و صدمه دیده از کرم برنجاسف استفاده گردد، طرز تهیه در قسمت چین وچروک آورده شده‌است.

۲۵. برای بیماری گرد (داءالثعلب) غده زیرزمینی گیاه بخور مریم را با سرکه مخلوط نموده به محل بمالند.

۲۶. جهت بیماری‌های پوستی از روغن دانه باقلای هندی می‌توان استفاده کرد.

۲۷. برای ضدعفونی و پاک کردن چرک پوست از روغن باقلای هندی به محل مالیده شود.

۲۸. برای رفع زردی رخسار بادیان رومی را بوداده (تفت داده) سپس با شکر ساییده به مدت ۱۴ روز، روزی یک قاشق چایخوری میل کنند.

۲۹. جهت تمیز کردن پوست چرب ۱۰ گرم انیسون را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده صاف نموده پوست را تمیز کنند سپس با آب صورت را بشویند.

۳۰. برای از بین بردن موهای زائد صورت شیره انیسون را به صورت بمالند.

۳۱. برای پاک کردن پوست صورت ۵ گرم گل بابونه را در ۲۰۰ گرم عرق خارشتری خیسانده سپس صاف نموده با پارچه‌ای تمیز صورت را کمپرس کنند.

۳۲. برای تمیزکردن پوست ۱۵ گرم گل بابونه را در ۲۰۰ گرم آب جوشانده سپس صاف نموده و ۳۰ گرم گلاب و ۲۰ گرم آب لیموترش را به آن اضافه نموده در شیشه کدر و تیره رنگ ریخته و در یخچال نگهداری شود.

۳۳. جهت ناراحتی‌های جلدی یا پوسته‌پوسته شدن جلدی قانقاریایی ۱۰۰ گرم پوست خشک درخت نارون را در ۳ لیتر آب می‌جوشانیم تا نصف شود سپس روزی ۳ فنجان میل شود.

۳۴. برای درمان ناراحتی‌های پوستی و قارچ پوستی ۵۰ گرم برگ درخت نارون را در یک لیتر آب جوشانده محل را بشویند.

۳۵. برای نرم کردن پوست با عصاره گیاه نبات الشیخ ماساژ دهند.

۳۶. برای معالجه بیماری‌های پوستی ۲۰ گرم دانه بوداده انار دشتی را با نبات ساییده به مدت ۷ روز میل کنند.

۳۷. جهت درمان قارچ‌های پوستی با عصاره گیاه اکلیپتا که رقیق شده است بشویند.

۳۸. جهت کنترل انواع خونریزی‌ها ٤ گرم اکلیپتا را در ۳۰۰ سی‌سی آب‌جوش ٥ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

## آکنه - جوش صورت

۱. برای رفع جوش و کورک از دمکرده برگ گیاه اشوارک نوشیده و از میوه آن خورده شود.

۲. جهت معالجه کورک و جوش برگ‌های گیاه انجیر چسب را کوبیده به صورت ضماد بگذارند.

۳. جهت درمان جوش و کورک روغن نارون را روی آن بمالند، طرز تهیه روغن نارون در قسمت تبخال آورده شده است.

٤. جهت درمان جوش صورت ۱۰ گرم پوست درخت نارون را در ۲۰۰ سی‌سی آب ریخته چند ساعت بماند سپس حرارت داده ٥ دقیقه بجوشد ۱٥ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

٥. برای دمل و جوش بادروج را کوبیده با کمی سرکه مخلوط نموده روی محل دمل بگذارند.

٦. جهت درمان جوش غرور جوانی برگ بارهنگ را له کرده به صورت ضماد بگذارند.

۷. برای از بین بردن جوش صورت از ضماد گیاه باقلای سنت اینیاس استفاده گردد

۸. برای درمان جوش‌های آبدار و خارش‌دار پوست ۱۲ گرم برنگ کابلی را همراه شیر بنوشند.

۹. برای درمان جوش‌های غرور جوانی بادیان، بسفایج و آویشن شیرازی از هر کدام ۵ گرم را در ۳۰۰ سی‌سی آب جوشانده سپس به ۳ نوبت به مدت ۱۵ روز میل شود. خانم‌ها بعد از پاک شدن به مدت ۱۲ روز میل کنند و خانم‌های حامله از خوردن این دارو خودداری کنند.

۱۰. برای رفع جوش صورت از دمکرده گل بنفشه به مدت یک هفته بعدازظهرها یک فنجان بنوشند و پارچه تمیزی را به دمکرده گل بنفشه آغشته نموده روی صورت بگذارند.

۱۱. کودکان شیرخواری که صورت آن‌ها جوش زده است بنفشه را جوشانده سپس صاف نموده با شیر مادر نوزاد مخلوط نموده به صورت او بمالند.

۱۲. برای درمان جوش و کورک‌های زیر بغل و کشاله ران برگ بنفشه را به صورت ضماد بگذارند.

۱۳. جهت رفع جوش‌های سر سیاه ۵ گرم گل بنفشه، ۵ گرم بابونه و ۵ گرم گل ریواس را در ۵۰۰ سی‌سی آب جوشانده و صورت را بخور دهند پس از این که محلول ولرم شد صورت را با آن کمپرس کنند.

۱٤. برای درمان جوش صورت به مدت ۱٤ روز، روزی ۲ بار هر بار ۲ گرم بنفشه‌سه‌رنگ را در۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند و مقداری از آن را روی صورت با پارچه‌ای تمیز کمپرس کنند.

۱۵. برای درمان جوش‌های صورت نوزادان ۵ گرم بنفشه سه رنگ را در ۲۰۰ گرم آب‌جوش به مدت یک شب خیس نموده سپس روز بعد روی حرارت بگذارند تا جوش آید ۳ دقیقه بجوشد سپس

صاف نموده با ۲۰۰ گرم شیر مخلوط نموده مادر کودک میل کند و کمی هم به کودک بدهد.

۱۶. برای درمان جوش‌های پوستی ۵۰ گرم برگ بید را در یک لیتر آب جوشانده زخم‌ها را بشویند.

۱۷. جهت برطرف کردن جوش‌های پوستی خاکستر پوست درخت بیدمشک را با کمی سرکه و عرق آویشن مخلوط کرده روی جوش‌ها به صورت ضماد بگذارند.

۱۸. جهت عرق جوش بین کشاله ران افراد چاق که در اثر راه رفتن بوجود می‌آید ابتدا با آب سرد بنوشند سپس گرد یا هاگ گیاه پای گرگ را بپاشند.

۱۹. برای درمان جوش‌های غرور جوانی ۳۰ گرم پرسیاوشان را در ۲۰۰ سی‌سی عرق آویشن خیس نموده سپس حرارت داده تا به جوش آید صاف نموده با ۲۰۰ گرم روغن زیتون مخلوط کرده حرارت می‌دهیم تا آب اضافی آن تبخیر شود سپس روغن را روی جوش می‌مالند.

۲۰. برای جوش و لک پوست گیاه باقلای مصری را پخته به صورت ضماد بگذارند.

۲۱. کسانی که جوش صورت دارند ابتدا شب خاکشیر را در شربت سکنجبین خیس نموده صبح ناشتا بنوشند.

۲۲. برای درمان جوش‌های صورت ۱۰ گرم رازیانه را در ۲۰۰ سی‌سی عرق برگ چنار جوشانده سپس صاف نموده پارچه‌ای را خیس نموده روی صورت بگذارند.

۲۳. برای از بین بردن جوش‌های پوست و خارش آن ٤ گرم شاهتره را در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش ۲۰ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۲٤. برای رفع جوش و دانه‌های جلدی سرشاخه‌های شبدر زرد را در شیر جوشانده پس از سردشدن به صورت ضماد روی پوست بگذارند.

۲۵. برای برطرف کردن جوش‌های صورت برگ بید را جوشانده کمی گلاب به آن اضافه نموده با سفیده تخم‌مرغ مخلوط نموده به صورت ماسک روی پوست بگذارند.

۲٦. یک ماسک خوب برای پوست‌های جوش دار: ۲۰ گرم گل خطمی، ۲۰ گرم بابونه، ۳۰ گرم آبلیمو و ۱۵۰ سی‌سی آب (به جای آب می‌توان از عرق کاسنی یا برگ چنار استفاده کرد) را به مدت ۱۰ دقیقه جوشانده هنگامی که سرد شد به صورت ماسک روی صورت بگذارند.

**اگزما (زخم های جلدی – زرد زخم – زخم های چرکین)**

۱. جهت درمان اگزما ۵۰ گرم پوست خشک درخت نارون را در ۵۰۰ سی‌سی آب جوشانده سپس صاف نموده با ۵۰ گرم موم زنبور عسل و ۲۰۰ گرم روغن بادام شیرین مخلوط نموده با حرارت غیر مستقیم (بن‌ماری) ظرف را حرارت داده تا خوب مخلوط شود سرد که شد به زخم‌ها بمالند.

۲. جهت درمان اگزماهای مرطوب و دردناک گرد گل بابونه را روی آن بپاشند.

۳. برای درمان اگزما، زرد زخم و زخم‌های سرطانی ۱۰۰ گرم پوست بلوط را در یک لیتر آب جوشانده سپس زخم را بشویند و گرد سوخته بلوط را بر روی زخم بپاشند.

٤. جهت درمان اگزما ۲۰ گرم برگ درخت گردو و ۳۰ گرم پوست بلوط را در آب جوشانده و با بخار آن محل اگزما را بخور دهند.

۵. برای درمان اگزما ۲۰ گرم بنفشه سه رنگ را در ۵۰۰ سی‌سی آب سرد ریخته چند ساعت خیس نموده سپس چند دقیقه بجوشد ۱۰ دقیقه دم‌کرده صاف نموده روزی ٤ لیوان میل شود.

٦. برای شستشوی اگزما ٦۰ گرم گیاه خشک شاهتره را در یک لیتر آب جوشانده صاف نموده اگزما را بشویند.

۷. برای درمان اگزما ٤ گرم شاهتره و ۲ گرم کاسنی را در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده صبح و عصر به مدت ۸ روز بنوشند و ٦۰ گرم شاهتره خشک را در یک لیتر آب جوشانده اگزما را بشویند.

۸. جهت درمان اگزما ٤ گرم برگ خشک شمشاد را در ۲۵۰ سی‌سی آب سرد ریخته حرارت دهند تا به جوش آید ۱۵ دقیقه جوشانده سپس صاف نموده یک فنجان صبح ناشتا و یک فنجان یک ساعت بعد از غذا همراه عسل بنوشند با احتیاط مصرف کنند زیرا مکن است ایجاد مسمومیت نماید.

۹. برای درمان اگزما ۱۰۰ گرم برگ شمعدانی را در ۵۰۰ سی‌سی آب جوشانده محل را بشویند.

۱۰. جهت معالجه بیماری‌های پوستی و اگزما ٤۰ گرم ریشه زامور افابند را در یک لیتر آب جوشانده محل را شستشو دهند.

۱۱. جهت امراض پوستی و اگزما ۲ گرم بنفشه را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده به مدت یک هفته صبح و عصر بنوشند.

۱۲. جهت اگزما از ضماد گیاه باقلای مصری استفاده شود و در صورت خشک بودن گیاه آن را پخته به صورت ضماد بگذارند.

۱۳. برای درمان زخم‌ها و بریدگی پودر برگ خشک شیرین بیان را روی محل بپاشند.

۱٤. جهت التیام زخم‌ها شبدر را له نموده روی پوست بگذارند.

۱۵. برای بهبود زخم ۵۰ گرم شبدر را در یک لیتر آب جوشانده صاف نموده زخم‌ها را بشویند.

۱٦. برای شستشوی زخم‌ها مخصوصاً زردزخم ۲۰ گرم گل خطمی را در یک لیتر آب جوشانده صاف نموده زخم را بشویند.

۱۷. جهت التیام زخم‌های کهنه گرد چوب چشم خروس را بر روی زخم بپاشند.

۱۸. جهت درمان زخم‌های داخلی و عفونی از دمکرده پرسیاوشان بنوشند.

۱۹. برای درمان زردزخم از دمکرده پرسیاوشان بنوشند به خاطر داشته باشید که عمر این گیاه ٦ ماه است و بعد از یک سال هیچ گونه خاصیتی ندارد.

۲۰. جهت درمان سیاه زخم، گل و ریشه پامچال را جوشانده زخم را بشویند.

۲۱. برای درمان زردزخم ۲۵ گرم برگ درخت بیدمشک را در یک لیتر آب خیسانده ۱۲ دقیقه جوشانده ۲۰ دقیقه دم‌کرده هر ۵ ساعت یک فنجان بنوشند.

۲۲. برای درمان ورم و زخم‌های چرکین ساقه بیدگیاه را سوزانده خاکستر آن را روی زخم بپاشند.
۲۳. برای درمان زخم‌های بین انگشتان دست و پا ۲۰ گرم بسفایج را در ۵۰۰ سی‌سی آب جوشانده زخم‌ها را بشویند.
۲٤. جهت التیام و معالجه زخم‌های عفونی و التهاب‌های جلدی سرشاخه گیاه تاج‌خروس را کوبیده به صورت ضماد بگذارند.
۲۵. جهت خشک کردن زخم و جراحت برنجاسف خشک را ساییده و برگ آن را روی زخم بپاشند.
۲٦. برای شستشوی زخم و جراحات ۳۰ گرم تخم برنجاسف را در یک لیتر آب سرد ریخته حرارت داده تا به جوش آید صاف نموده سپس یک قاشق مرباخوری نمک به آن اضافه نموده صبح و شب زخم را بشویند.
۲۷. جهت درمان زخم‌ها خاکستر گیاه بردی را روی زخم بپاشند.
۲۸. جهت التیام زخم و سوختگی برگ درختچه بِتِشک را کوبیده به صورت ضماد بگذارند.
۲۹. جهت التیام زخم‌های بدخیم و زودجوش خوردن جراحت گرد ریشه بخورالاکراد را بر روی زخم بپاشند.
۳۰. برای درمان زخم‌های چرکین و تر ریشه گیاه بخورالاکراد را سوزانده با روغن زیتون و گاو مخلوط نموده روی زخم بمالند.
۳۱. جهت درمان زخم‌های کرم‌زده و متعفن برگ‌های درخت باقلای هندی را به صورت ضماد بگذارند.

۳۲. برای زخم‌های متعفن و بدخیم و زخم‌های فیستولی و سوراخ شده از شیره و عصاره درخت باقلای هندی به صورت ضماد استفاده شود.

۳۳. جهت التیام زخم چاقو گیاه باقلای سنت اینیاس را کوبیده به صورت ضماد بگذارند.

۳۴. جهت زخم‌های خوره ۱۰ گرم برگ باریقون را با ۳۰۰ گرم هویج پخته، له نموده به صورت ضماد بگذارند.

۳۵. جهت بیماری‌های جلدی ۱۰ گرم برگ باریقون را با ۳۰۰ گرم هویج پخته، له نموده به صورت ضماد بگذارند.

۳۶. جهت درمان زخم‌های چرکین و دردناک برگ تازه بارهنگ را کوبیده کمی وازلین به آن اضافه نموده (۱۰ درصد) و روی زخم‌ها بمالند.

۳۷. برای درمان زخم‌های خوره‌ای و بدخیم برگ بارهنگ را کوبیده به صورت ضماد بگذارند.

۳۸. جهت درمان زخم‌ها از ضماد برگ بارهنگ یا جوشانده بارهنگ استفاده شود.

۳۹. برای شستشوی زخم‌ها ۴۰ گرم گیاه بادآورد را در یک لیتر آب جوشانده زخم‌ها را شستشو دهند.

۴۰. جهت درمان زخم‌های کوچک و ترک گوشه لب از کرم بابونه استفاده شود.

۴۱. جهت زخم‌های کچلی گرد بابونه را روی زخم بپاشید.

۴۲. جهت التیام زخم‌های چرکین برگ‌های له شده گیاه بابارتو را به صورت ضماد بگذارند.

۴۳. جهت التیام زخم‌ها ۵۰ گرم گل بابونه را در یک لیتر آب جوشانده صاف نموده استفاده گردد.

۴۴. جهت التیام زخم‌ها ۲۰ گرم ریشه اگیر ترکی را در یک لیتر آب جوشانده زخم‌ها را شستشو دهند.

۴۵. برای التیام زخم‌ها از شیرابه درخت السستونیه بر روی زخم می‌مالند.

۴۶. جهت تمیز کردن زخم‌ها برگ خشک گیاه انجیر چسب را جوشانده زخم را شستشو دهند.

۴۷. برای جلوگیری از خونریزی زخم و جراحت برگ‌های اکلیپتا را کوبیده به صورت ضماد بگذارند.

۴۸. برای بهبود بخشیدن زخم‌های چرکین و قانقاریایی یک گرم شمشاد را در یک لیتر آب جوشانده شستشو دهند.

۴۹. برای رفع ناراحتی‌های پوستی زخم‌های پا و التیامات جراحات پا از رزین حسن لبه میل شود.

۵۰. برای پاک کردن زخم‌های کهنه افلنجه را با عسل مخلوط کرده روی زخم بمالند.

۵۱. برای جلوگیری از چرکین شدن زخم‌ها برگ تازه نارون را کوبیده به صورت ضماد بگذارند.

۵۲. برای جلوگیری از عفونت زخم گرد برگ درخت نارون و یا خاکستر چوب آن را روی زخم بپاشند.

## باد سرخ

۱. دمکرده گیاه خارشتری برای درمـان بادسـرخ مفید مـی‌باشـد ۱۰ گرم در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده هر ۸ سـاعت یـک فنجـان بنوشند.

۲. جهت درمان بیماری بادسرخ ۱۰ گرم برگ گیاه باریقون را با ۳۰۰ گرم هویج پخته له شده مخلوط نموده به صورت ضماد بگذارند.

۳. برای درمـان بادسـرخ بـرگ درخـت بیـد را کوبیـده آب آن را بـه موضع بمالند.

٤. سبزی خرفه و یا دمکرده تخم آن برای کسانی که بیماری بادسرخ دارند مفید می‌باشد.

## پیسوریازیس

۱. برای درمان پیسوریازیس به مدت ۳ هفته هر روز صبح ناشـتا ۳ گرم بنفشه را در یک لیوان آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۲. جهت درمان پیسوریازیس پرسیاوشان را سوزانده و خاکستر آن را با روغن زیتون مخلوط کرده به بدن بمالند.

## پیسی - برص

۱. برای درمان بیماری برص ۲۰ گرم رازیانه، ۲۰ گرم زنیان، ۲۰ گرم تخم کرفس همه را ساییده سپس با ۲۵۰ گرم عسل مخلوط نموده روزی ۳ قاشق به مدت چند ماه میل کنند.

۲. برای درمان لک و پیس و برص دانـه‌هـای سـیلها را بـه مقـدار ۵۰ گرم در یک لیتر الکـل طبـی ۳۰ درجـه خیسـانده بعـد از یـک مـاه صاف نموده روی لکه‌ها بمالند.

۳. برای رفع بیماری برص خطمی سفید را در آب خیسانده سپس با جوش شیرین مخلوط نموده روی قسمت سفیدی پوست بمالند.

٤. برای درمان برص ریشه اگیر ترکی را ساییده با عسل مخلوط نموده به صورت ضماد بگذارند.

## تبخال

۱. جهت درمان تبخال روغن نارون را روی آن بمالند.

* **طرز تهیه روغن نارون:** ۵۰ گرم پوست درخت نارورن را با ۵۰۰ سی‌سی روغن زیتون مخلوط کرده به مدت ٤ ساعت با حرارت غیر مستقیم (بن‌ماری) حرارت داده تا غلیظ شود سپس صاف نموده استفاده گردد.

۲. برای رفع تبخال ۱۵ گرم شاهتره و ۱۵ گرم کاسنی را مخلوط نموده به مدت ۸ روز، روزی ۲ گرم در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۳. برای رفع و جلوگیری از تبخال به مدت یک هفته روزی ۲ بار ۱۰ صبح و ۵ عصر هر بار یک گرم شاهتره را با یک گرم کاسنی در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

٤. جهت درمان تبخال ۲ گرم شبدر را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بعدازظهر بنوشند.

۵. برای درمان تبخال ۳ گرم بنفشه سه رنگ را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده به مدت یک هفته روزی ۲ بار بنوشند.

## ترک پوست

۱. برای برطرف کردن ترک دست ۵ گرم بوراکس را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش حل کرده پس از سردشدن ۲۰ گرم گلیسیرین به آن اضافه نموده به دستها بمالند.

۲. جهت از بین بردن و جلوگیری از ترک پوست شیره میوه بلادر را روی محل ترک خورده بمالند.

۳. برای درمان ترک پوست ۳۰ گرم بسفایج را در ۵۰۰ سی‌سی آب جوشانده قسمت‌های ترک را بشویند.

٤. برای درمان ترک و شکاف پاشنه پا روغن بابونه را بمالند، طرز تهیه آن در بخش رماتیسم گفته شده است.

## ترک لب

۱. جهت درمان ترک گوشه لب گل خطمی و پنیرک از هر کدام ۱۰ گرم را با ۲۰ گرم عرق کاسنی، ۲۰ گرم عرق شاهتره و ۲۰ گرم عرق بادرنجبویه مخلوط کرده به صورت ضماد گوشه لب بگذارند.

## جذام

۱. برای درمان بیماری جذام ۲۰ گرم شاهتره و ۲۰ گرم کاسنی رامخلوط نموده به مدت ۸ روز، روزی ۲ گرم در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند سپس ۱۰ روز استراحت کنند و مجدداً ۸ روز مصرف شود.

۲. جهت بیماری جذام ۵۰ گرم پوست نارون را جوشانده با سرکه مخلوط نموده زخم را بشویند.

۳. جهت درمان جذام روغن باقلای هندی را بمالند.
٤. جهت بیماری جذام از میوه بلیله روزی ۲ گرم به مدت یک هفته با نظر پزشک می‌توان استفاده کرد، میوه بلیله مخدر است و نباید در مصرف آن زیاده‌روی شود.
٥. برای جلوگیری از جذام روغن بنفشه را به بدن بمالند و داخل بینی را چرب نمایند.
٦. برای درمان جذام ۲ گرم بسفایج و ۲ گرم مغز فلوس را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده هر روز بمدت یک‌هفته در ماه میل‌شود.
۷. خوردن سبزی بادروج از جذام جلوگیری می‌کند.

## جرب

۱. جهت بیماری جرب برگ یا میوه شمشاد را جوشانده به محل بمالند.
۲. جهت بیماری جرب پوست درخت نارون را جوشانده با سرکه مخلوط نموده بشویند.
۳. برای درمان برص و جرب بوراکس را با سرکه مخلوط کرده به محل بمالند و با صابونی که از بوراکس وتیول درست شده است محل را بشویند.
٤. جهت بیماری‌های جرب، گال و دیگر امراض پوستی ۲۵ گرم پوست شاخه‌های ۳ ساله درخت بیدمشک را چند ساعت در آب خیسانده ۲ دقیقه جوشانده ۱۰ دقیقه دم‌کرده صاف نموده روزی ۵ استکان به مدت یک هفته بنوشند.

۵. برای درمان بیماری جرب شاهتره را با حنا مخلوط نموده در حمام به پوست بمالند.

٦. جهت درمان بیماری جرب خشک و تر که منشأ بلغم و سودا دارد یک قاشق مرباخوری تخم بالنگو را با یک لیوان آب سرد و کمی نبات جوشانده بنوشند.

## چین و چروک پوست

۱. جهت از بین بردن چین و چروک اطراف چشم بارهنگ را در آب جوشانده پس از سردشدن اطراف چشم را کمپرس کنند.

۲. کرم برنجاسف از چین و چروک پوست جلوگیری می‌کند.

* **طرز تهیه کرم برنجاسف:** ابتدا ۱۵ گرم برنجاسف را با ۲۰۰ گرم روغن بادام شیرین داخل یک شیشه ریخته و شیشه را به مدت ١٤ روز در آفتاب گرم تابستان بگذارند در آن بسته باشد و یا شیشه را به مدت ٤ ساعت در آب‌جوش حرارت غیر مستقیم داده سپس روغن را صاف کرده با ۳۰ گرم وازلین و ٤٠ گرم موم سفید مخلوط کرده آهسته حرارت می‌دهیم تا ذوب شود حرارت غیر مستقیم (بن‌ماری) باشد. پس از بزرگ شدن یک قاشق چایخوری بوراکس را در ۵۰ سی‌سی عرق کاسنی حل کرده به موادی که ذوب شده است اضافه می‌کنیم و آهسته هم می‌زنیم تا کرم سفت شود. دمای ذوب نباید از ۵۰ درجه بیشتر شود.

۳. جهت رفع چین و چروک صورت رازیانه را آسیاب نموده سپس مقدار ۱۰ گرم در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده با صمغ عربی

مخلوط نموده به مدت ۲۰ – ۱۵ دقیقه به صورت ماسک روی صورت بگذارند.

٤. برای رفع چین و چروک صورت یک قاشق پودر رازیانه را در نصف لیوان آب‌جوش به مدت یک ساعت جوشانده سپس ۲۰ دقیقه دم‌کرده صاف نموده با عسل مخلوط نموده یک قاشق غذاخوری ماست به آن اضافه نموده به مدت ۲۰ دقیقه روی پوست بگذارند.

## خارش بدن - خارش پوست

۱. اشخاص کهنسالی که بی‌اختیار پوست خود را می‌خارانند ۲۰ گرم بنفشه سه رنگ را در ۵۰۰ سی‌سی آب سرد ریخته چند ساعت خیس نموده سپس چند دقیقه بجوشد ۱۰ دقیقه دم‌کرده صاف نموده روزی ٤ لیوان میل شود.

۲. برای رفع خارش پوست شب‌ها روغن بنفشه را بمالند، طرز تهیه روغن بنفشه در قسمت ناخن آورده شده است.

۳. برای رفع خارش سرمازدگی روغن دانه شاه بلوط هندی را بمالند، طرز تهیه آن در قسمت واریس آورده شده است.

٤. جهت درمان خارش پوست شیره برگ بگونیا را به محل بمالند.

۵. برای رفع خارش پوست ریشه خشک شده و یا ساقه پوست گیاه باقلای هندی را جوشانده سپس بشویند.

٦. برای تسکین سوزش و خارش پوست که بر اثر تابش خورشید بوجود آمده است برگ بارهنگ را ۵ دقیقه در شیر جوشانده سپس صاف نموده به پوست بمالند.

۷. برای درمان کورک و خارش آرد جو را با گل خطمی در عرق کاسنی جوشانده سپس صاف نموده به محل خارش بمالند.

۸. برای جلوگیری از خارش بدن کودک ٥ گرم گل خطمی و ٥ گرم پنیرک را در ۳۰۰ سی‌سی آب جوشانده روزی چند قاشق به کودک بدهند.

## خشکی پوست

۱. برای رفع خشکی پوست ۱۰ گرم گل خطمی را در ۲۰۰ سی‌سی عرق برگ چنار دم‌کرده سپس با گلیسیرین و کمی گلاب مخلوط کرده به پوست بمالند.

۲. بخور بنفشه سه رنگ برای پوست‌های خشک مناسب می‌باشد.

## دمل

۱. برای بازشدن دمل آرد چاودار را خمیر نموده به صورت ضماد بگذارند.

۲. برای درمان دمل و کورک ۲۰ گرم بنفشه سه رنگ را در ٥۰۰ سی‌سی آب سرد ریخته چند ساعت خیس نموده سپس چند دقیقه بجوشد ۱۰ دقیقه دم‌کرده صاف نموده روزی ٤ لیوان میل شود.

۳. جهت بازشدن دمل برگ بارهنگ را جوشانده به صورت ضماد روی دمل بگذارند.

٤. جهت تحلیل ورم دمل برگ تاتوره را له کرده به صورت ضماد بگذارند. این گیاه سمی است با احتیاط مصرف شود.

## زگیل

۱. جهت از بین بردن زگیل موسیر را با زرده تخم‌مرغ و کمی سکنجبین مخلوط نموده روی زگیل بگذارند.

۲. برای از بین بردن زگیل خاکستر برگ و چوب درخت نارون را با سرکه مخلوط کرده به صورت ضماد بگذارند.

۳. برای درمان زگیل برگ تازه بارهنگ را به صورت ضماد روی محل بگذارند.

٤. برای رفع زگیل روغن درخت بان را روی آن بمالند.

* **طرز تهیه روغن درخت بان:** برگ، میوه و ریشه درخت بان را در روغن زیتون خیسانده سپس حرارت غیر مستقیم (بن‌ماری) دهند صاف نموده استفاده کنند.

۵. برای درمان زگیل شیره میوه بلادر را بر روی زگیل بمالند.

٦. جهت درمان زگیل پوست درخت بیدمشک را سوزانده خاکستر آن را با کمی سرکه مخلوط کرده روی زگیل بگذارند.

## زیبایی پوست

۱. برای زیبایی پوست با روغن گل بنفشه پوست را ماساژ دهند.

* **طرز تهیه روغن گل بنفشه:** ۲۰ گرم گل و برگ بنفشه را در ۲۰۰ گرم روغن بادام شیرین یا روغن زیتون به مدت ١٤ روز خیسانده سپس صاف نموده استفاده گردد این روغن ممکن است باعث برنزه شدن پوست گردد.

## سوختگی

۱. برای درمان سوختگی برگ بارهنگ را شسته سپس خرد نموده به صورت ضماد بگذارند.

۲. برای درمان سوختگی‌های شدید برگ خشک شیرین بیان را ساییده با روغن زیتون مخلوط نموده به صورت مرهم بگذارند.

## شادابی پوست

۱. جهت شاداب شدن پوست ۵۰ گرم رازیانه را در ۳۰۰ سی‌سی آب جوشانده تا غلیظ شود سپس صاف نموده با روغن کنجد مخلوط نموده پوست را ماساژ دهند.

۲. برای شادابی پوست ۳۰ گرم برگ بارهنگ را در ۵۰۰ سی‌سی آب‌جوش مخلوط نموده پس از سردشدن صاف نموده ابتدا صورت را با صابون گیاهی شسته سپس با محلول بارهنگ ماساژ دهند.

۳. برای طراوت پوست روغن باقلای هندی را به صورت بمالند.

## شفاف شدن پوست

۱. برای روشن شدن پوست صورت ۵ گرم ریشه گیاه اگیر ترکی را با ۴۵ گرم آرد جوانه گندم مخلوط کرده سپس با عرق کاسنی یا برگ چنار خمیر نموده هفته‌ای یک مرتبه به صورت ماسک روی پوست بگذارند.

## قانقاریا

۱. با جوشانده گیاه گل ژاپنی زخم را بشویند.

## کفگیرک

۱. جهت درمان کفگیرک برگ تازه گیاه انجیر چسب را کوبیده به صورت ضماد بگذارند و از دمکرده میوه و برگ‌های آن به مقدار ۵ گرم در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

## کک و مک

۱. برای درمان کک مک تخم گیاه شبدر را جوشانده سپس به صورت ضماد بگذارند.

۲. برای رفع کک مک دارچین را جوشانده سپس پارچه‌ای را خیس نموده به صورت ضماد بگذارند مصرف زیاد دارچین برای زیبایی مضر است.

۳. برای رفع کک مک خطمی سفید را ساییده با ماست ترش مخلوط کرده روی پوست بگذارند.

٤. برای رفع کک مک ۲ گرم بوراکس، ۲۰ گرم گلاب و ۲۰ گرم عرق بهارنارنج را مخلوط نموده سپس خال‌های کک مک را بشویند.

* **تذکر**: برای حل شدن بوراکس باید با آب‌جوش به محلول حرارت غیر مستقیم (بن‌ماری) داد زیرا در آب سرد بوراکس به سختی حل می‌گردد.

۵. برای از بین بردن کک مک ریشه بخور مریم را با سرکه رقیق شده و روغن زیتون مخلوط نموده روی کک مک بمالند.

## کهیر

۱. جهت درمان کهیر از جوشانده و یـا شـربت خاکشیر قبـل از غـذا استفاده کنند.

## لک صورت

۱. جهت از بین بردن لکـه‌هـای سـیاه صـورت موسـیر را بـه پوسـت مالیده و برای مدتی در آفتاب بنشینند.
۲. جهت لکه‌های غیر طبیعی پوست میوه درخت برگ بو را به صورت پودر درآورده با عسل مخلوط نموده و روی لک بگذارند.
۳. جهت از بین بردن لکه‌های کبود خون‌مردگی بـا روغـن حـب‌الغـار موضع را ماساژ دهند.

* **طرز تهیه روغن حب‌الغار:** میوه و برگ آن را در آب پختـه سـپس عصاره آن را بگیرند (با فـشار صـاف نماینـد) دو برابـر وزن آن روغن زیتون اضافه نمـوده بـا حـرارت غیـر مـستقیم (بـن‌مـاری) جوشانده تا آب آن تبخیر شود و روغن بماند.

٤. برای از بین بردن لکه‌هـای قهـوه‌ای سـینه و گـردن ۱۰ گـرم پیـاز عنصل را با ۲۰۰ گرم سرکه مخلوط کرده با احتیاط در حمـام بـه محل لک بمالند.

٥. برای از بین بردن لکه‌های قهوه‌ای روی پوسـت گـل خطمـی را بـا سرکه مخلوط کرده به صورت ضماد بگذارند.

## منافذ پوست

۱. جهت تنگ شدن منافذ پوست ٦ گرم بابونه را در ۲۰۰ سی‌سـی آب جوشانده سپس صورت را کمپرس کنید.

۲. برای تمیزشدن پوست و تنگ شدن منافذ آن ۲۰ گرم رازیانه را در ۴۰۰ سی‌سی آب جوشانده سپس پوست را بخور دهند و هنگامی که سرد شد پوست را بشویند.

## تب

۱. جهت تب‌های شدید نیم گرم شمشاد را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده پس از سردشدن همراه عسل بنوشند. این گیاه سمی است با احتیاط بنوشند و نباید بیش از نیم گرم استفاده شود.
۲. جهت درمان تب و تب‌های مالاریا پوست ساقه‌های درخت السنونیه (این درخت در ایران وجود ندارد) را دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند یا از میوه این درخت استفاده کنند.
۳. جهت تب مالاریا ۲ گرم ریشه گیاه بابارتو را در ۲۰۰ سی‌سی آب جوشانده روزی ۲ فنجان بنوشند.
۴. جهت رفع تب نوبه‌ای ٤ گرم بابونه را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.
۵. گیاه بادآورد تب‌بر است.
٦. برای درمان تب‌های نوبه‌ای ۳ گرم ریشه بارهنگ را در آب جوشانده سپس صاف نموده بشویند.
۷. دمکرده گیاه باروسما تب‌بر و ضد سرماخوردگی می‌باشد ۳ گرم در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۲۰ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۸. برای تب و تب‌های نوبه‌ای ۲ – ۱ دانه از باقلای سنت اینیاس استفاده شود این گیاه سمی است با احتیاط مصرف شود.
۹. دمکرده برگ عطر تب‌بر است یک گرم در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.
۱۰. پوست درختچه برگ نو تب‌بر است یک گرم در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.
۱۱. برای رفع تب میوه بلوط هندی میل شود و یا از جوشانده پوست درخت شاه بلوط هندی بنوشند.
۱۲. برای رفع تب یک گرم بلیله همراه کمی آب میل شود.
۱۳. جهت درمان تب‌های عفونی ۲ - ۱ گرم گل بنفشه را با ٤ – ۲ گرم عناب جوشانده پس از سردشدن با کمی ترنجبین مخلوط نموده بنوشند.
۱٤. حضرت علی(ع) فرموده‌اند: دور سازید تب خود را با خوردن و پاشویه کردن با گل بنفشه.
۱۵. برای درمان تب که هر ۳ روز یک بار بیمار را می‌گیرد و رنجور و زرد و ناتوان می‌شود پوست درخت بید، پوست گنه‌گنه، ریشه کاسنی از هر کدام ۲۰ گرم مخلوط نموده هر روز ٦ گرم با یک لیوان آب جوشاند به مدت ۲۱ روز میل شود.
۱٦. برای درمان تب‌های شدید صبح و عصر هر بار ۳ گرم ساقه بیدگیاه را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.
۱۷. جهت درمان تب ۵ گرم پوست بیدمشک را در ۲۰۰ سی‌سی آب جوشانده ۲۰ دقیقه دم‌کرده با کمی عسل شیرین نموده روزی ۳ بار هر بار یک فنجان میل شود.

۱۸. دمکرده پرسیاوشان تب بر است.
۱۹. جوشانده خاکشیر تب بر است.
۲۰. برای پایین آوردن حرارت بدن خاکشیر را با سکنجبین مخلوط نموده ۱۰ صبح و ۵ بعدازظهر بنوشند.
۲۱. جهت رفع تب ٦ گرم برگ درخت زبان گنجشک را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.
۲۲. برای درمان تب مالاریا ٦ گرم برگ درخت زبان گنجشک را در ۱۵۰ سی‌سی آب جوشانده روزی ۳ فنجان بنوشند.
۲۳. برای درمان تب‌های کهنه از دمکرده رازیانه مانند چای بنوشند.
۲٤. جهت درمان تب‌های نوبه‌ای ۳ گرم ریشه زامور را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.
۲۵. برای درمان تب ۸ گرم برگ شمشاد را در ۵۰۰ سی‌سی آب سرد ریخته حرارت داده تا به جوش آید ۱۰ دقیقه جوشانده روزی ۳ فنجان بنوشند.
۲٦. جهت درمان تب‌های نوبه‌ای سرکش ۲ گرم برگ شمشاد را در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند. از مصرف بی‌رویه این گیاه خودداری کنند زیرا باعث مسمومیت می‌گردد.
۲۷. جهت درمان تب‌های مزمن ۲ گرم ریشه شیرین بیان را در ۱۵۰ سی‌سی آب جوشانده ۱۲ ساعت بماند سپس صاف نموده با ۲ گرم ترنجبین مخلوط نموده در ۲ نوبت میل شود. کسانی که فشار خون و بیماری قند دارند از خوردن این دمکرده خودداری کنند.

## ترک سیگار

۱. اگر کسی می‌خواهد کشیدن سیگار را ترک کند هر زمان که میل کشیدن سیگار را دارد به جای آن ریشه شیرین بیان را بمکد البته برای کسانی که بیماری قند دارند و یا فشارخون آن‌ها بالا می‌باشد و یا بحران‌های کبدی دارند ممنوع می‌باشد.

## تیفوئید

۱. برای بیماری تیفوئید از دمکرده گیاه بادآورد استفاده شود ۸ گرم گیاه بادآورد را در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش ۲۰ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

## جراحت‌های داخلی

۱. جهت درمان جراحت‌های داخلی از تنتور ریشه اشیرانت استفاده شود.

* **طرز تهیه تنتور:** ٤٠ گرم ریشه خشک اشیرانت را در یک لیتر الکل ٤٠ درجه خیس نموده به مدت ۱۵ روز بماند سپس صاف نموده استفاده کنند.

## چاقی درمان

۱. برای از بین بردن چربی بین ماهیچه‌ها موسیر را با سرکه مخلوط نموده به صورت ضماد بگذارند.

۲. کسانی که می‌خواهند لاغر شوند ۳ گرم انیسون را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بمدت ۱۴ روز بنوشند.

۳. برای لاغرشدن نیم ساعت قبل از غذا یک قاشق مرباخوری بارهنگ را با یک لیوان آب سرد جوشانده میل کنند.

۴. برای تناسب اندام شکم بعد از زایمان ریشه درخت بان را در روغن زیتون جوشانده سپس صاف نموده ناحیه شکم و قسمت‌های ترک خورده پا را با این روغن بمالند.

۵. برای درمان چاقی به مدت ۱۴ روز، روزی ۳ بار هر بار یک گرم بیدگیاه را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند سپس ۲۱ روز استراحت مجدداً تکرار نمایند.

۶. برای لاغرشدن هر ماه به مدت ۱۴ روز، روزی ۳ بار هر بار ۲ گرم برگ درخت زبان گنجشک را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده نیم ساعت قبل از غذا بنوشند.

## چشم

۱. جهت افزایش دید چشم و رفع تاری آن چند قطره از عصاره استریل شده برگ اشیرانت را داخل چشم بچکانند با نظر پزشک مصرف شود.

۲. جهت رفع تاری چشم و رفع لکه‌های سفید آن از سرمه اگیر ترکی استفاده شود.

۳. برای رفع بیماری‌های چشم حدود ۲۰ گرم از گرد دانه‌های حب القلقل یا انار دانه دشتی همراه سکنجبین میل کنند.

٤. جهت جلای چشم و رفع سفیدی آن از سرمه گلبرگ و صمغ درخت نارون استفاده شود.

٥. جهت التهاب پلک چشم و ورم آن ٥ گرم بابونه را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده چشم را شستشو دهند.

٦. جهت درمان آبریزش چشم از بخور دمکرده بابونه یا سرکه استفاده شود.

۷. برای درمان سیاهی زیر چشم ٥ گرم بابونه را در ۱٥۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده سپس با پارچه‌ای تمیز اطراف چشم کمپرس کنند.

۸. جهت درمان پرش پلک چشم بادروج را کوبیده به صورت ضماد با احتیاط روی چشم بگذارند.

۹. مالیدن افشره بادروج باعث تقویت بینایی می‌گردد.

۱۰. جهت تقویت بینایی از دمکرده انیسون بنوشند و انیسون را کوبیده با عسل مخلوط نموده به چشم بمالند.

۱۱. برای عفونت چشم و زخم‌ها ۳ گرم برگ گیاه معطر را در ۳۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده چشم را شستشو دهند.

۱۲. جهت تقویت بینایی ۲ گرم بلیله را با ۲ گرم شکر همراه کمی آب گرم به مدت ۷ روز میل کنند.

۱۳. جهت رفع خارش پلک چشم یک قاشق غذاخوری گل بنفشه را با یک لیوان آب سرد جوشانده سپس صاف نموده چشم‌ها را بشویند.

۱٤. جهت رفع کم‌سویی چشم از روغن گل بنفشه مانند سرمه استفاده شود. طرز تهیه روغن گل بنفشه در قسمت ناخن آورده شده است.

۱۵. جهت درمان ضعف بینایی و زیادشدن نور چشم صمغ درخت بیدمشک را پس از استریل شدن مانند سرمه به چشم بکشند.

۱٦. مصرف زیاد خطمی باعث ضعف بینایی می‌شود.

۱۷. نوشیدن دمکرده دارچین باعث تقویت بینایی می‌گردد.

۱۸. خوردن بادیان باعث تقویت بینایی می‌گردد.

۱۹. جهت تقویت چشم ۱۰ گرم رازیانه را در ٤۰۰ سی‌سی آب جوشانده بخور دهند.

۲۰. نوشیدن جوشانده رازیانه باعث چشمان شفاف و زیبا می‌شود.

۲۱. خوردن رازیانه به صورت کف لمه از آب مروارید جلوگیری می‌کند.

۲۲. برای تقویت چشم عصاره استریل شده شاهتره را به چشم بمالند.

۲۳. مالیدن عصاره استریل شده شاهتره به چشم از ریختن اشک زیاد جلوگیری می‌کند.

۲٤. برای جلوگیری از ریزش مژه شبدر خشک را با گلاب مخلوط نموده به صورت استریل شده به چشم بمالند.

۲۵. برای تقویت ابرو شبدر را با عرق گزنه مخلوط نموده ابرو را ماساژ دهند.

۲۶. برای از بین بردن سفیدک چشم از عصاره استریل شده شبدر یک قطره در چشم بچکانند.

۲۷. برای درمان ورم و قرمزی چشم ۵۰ گرم شیرین بیان را در یک لیتر آب سرد جوشانده ۱۲ ساعت بماند صاف نموده چشم‌ها را بشویند.

۲۸. برای درمان لکه‌های سفید و زردی چشم برگ شیرین بیان را ساییده پودر آن را به چشم بمالند.

## حافظه

### تقویت ذهن

۱. برای تقویت حافظه ۲۰ گرم اگیر ترکی را در ۲۰۰ گرم عسل مخلوط کرده روزی یک قاشق مرباخوری میل کنند.

۲. جهت تقویت مغز و فکر ۳ گرم بابونه را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۵ دقیقه دم‌کرده صبح و عصر به مدت یک هفته در ماه بنوشند. این نوشیدنی برطرف کننده خستگی فکری و ذهنی نیز می‌باشد.

۳. برای تقویت حافظه یک قاشق مرباخوری بارهنگ را با یک لیوان آب و کمی نبات جوشانده جرعه‌جرعه میل کنند.

٤. جوشانده بارهنگ درمان‌کننده فراموشی و ضد ضعف ذهنی است.

۵. برای انواعی از خونریزی‌های مغزی نظیر موکوئید آپوپلکسی Mucoid Apopexy از ۲ – ۱ دانه درخت باقلای سنت اینیاس با نظر پزشک استفاده گردد.

٦. جهت تقویت ذهن میوه درخت برگ بو را با سرکه رقیق شده مخلوط نموده میل کنند.

۷. برای تقویت حافظه روغن حب الغار را به شقیقه‌ها بمالند و مهره‌های گردن را تا کمر ماساژ دهند.

۸. برای تقویت قوای فکری ضماد برنجاسف را بر روی سر بگذارند.

۹. جهت تقویت حافظه روزی ۵ دانه بادام هندی را خوب جویده و میل کنند.

۱۰. بوئیدن گل بیدمشک مقوی مغز است.

۱۱. امام صادق(ع) فرموده‌اند: خرفه بر نیروی عقل می‌افزاید.

۱۲. نوشیدن دمکرده دارچین حافظه را تقویت می‌کند.

۱۳. نوشیدن عرق شکوفه شمشاد باعث تقویت قوه دماغی می‌شود.

## خنازیر

۱. جهت درمان خنازیر حدود یک دهم گرم پیاز لاله سرنگون میل شود و از روغن آن با احتیاط به محل بمالند.

* **طرز تهیه روغن لاله سرنگون:** لاله سرنگون را با دنبه گوسفند کوبیده سپس با آب‌جوش حرارت داده تا دنبه به روغن بیاید سپس از روغن بمالند.

۲. برای تومورهای خنازیری یک گرم برگ شوکران را در ۱۰۰ سی‌سی الکل خوراک ۲۵ درجه به مدت ۱٤ روز خیسانده سپس صاف نموده روزی ۱۰ قطره در آب گرم چکانده بنوشند.

۳. جهت تومورهای خنازیری، غده‌های تازه بخور مریم را له کرده به صورت ضماد بگذارند این گیاه سمی است با احتیاط مصرف‌کنند.

٤. جهت درمان خنازیر از دمکرده پرسیاوشان بنوشند.

٥. برای مداوای خنازیر گل خطمی را در عرق برگ چنار خیسانده به صورت ضماد بگذارند.

٦. برای درمان خنازیر ٤۰ گرم برگ درخت زبان گنجشک را در یک لیتر آب جوشانده روزی ۳ فنجان بنوشند و با پارچه‌ای تمیز محل را کمپرس کنند.

۷. برای درمان خنازیر صبح و بعدازظهر هر بار یک گرم کاسنی را با یک گرم شاهتره در ۱٥۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند و ٥ گرم شاهتره را در ۲۰۰ سی‌سی آب جوشانده با محلول قسمت‌های خنازیر را بشویند.

۸. برای درمان خنازیر ٥۰ گرم شبدر را در یک لیتر آب جوشانده پس از ولرم شدن زخم‌ها را بشویند.

## دریاگرفتگی

۱. جهت درمان دریاگرفتگی ۷ – ٤ قطره از تنتور بلادون همراه آب بنوشند.

# دوران نقاهت

## ضعف عمومی بدن - تقویت عمومی بدن

۱. دمکرده ریشه گل ژاپنی سیستم دفاعی بدن را در مقابل بیماری‌ها مقاوم می‌کند.

۲. کسانی که احساس ضعف می‌کنند ۱۰۰ گرم بابونه را در ۲ لیتر آب جوشانده سپس در وان ریخته در آن استراحت کنند.

۳. جهت تقویت عمومی بدن از شربتی که طرز تهیه آن در بخش جوانی گفته شده است استفاده کنند.

٤. کودکانی که تأخیر رشد دارند بارهنگ را با نبات کوبیده روزی یک قاشق مرباخوری به آن‌ها بدهند.

٥. جهت ضعف عمومی بدن ۳۰ گرم برنجاسف، ٥ گرم پوست لیموترش و ۳ گرم دارچین را با ۱/٥ لیتر الکل طبی ٤۰ درجه خوراکی در یک شیشه تیره رنگ ریخته و در آن را محکم بسته به مدت ۲۱ - ١٤ روز در آفتاب گرم تابستان گذاشته هر روز شیشه را تکان دهند سپس صاف نموده روزی ۱۰ - ٥ قطره در کمی آب جوش ریخته سپس روزی ۳ بار میل کنند.

٦. کسانی که به خاطر ضعف بدن عرق می‌کنند در اواخر بهار و اوایل تابستان به مدت ٤۰ روز، روزی ۲ لیوان ۱۰ صبح و ٥ عصر از شربت عرق بیدمشک و بهارنارنج بنوشند.

۷. نوشیدن دمکرده برگ شمشاد به بدن نیروی تازه‌ای می‌دهد که در برابر هجوم میکروب‌های عفونت‌زا مقاومت کند. ۳ گرم در ۲۰۰

سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده با احتیاط بنوشند. از مصرف زیاد این گیاه خودداری کنند زیرا باعث مسمومیت می‌گردد.

## دهان

۱. برای برطرف کردن خشک زبان ۱۰ گرم بارهنگ را در ۳۰۰ سی‌سی آب جوشانده تا شب جرعه‌جرعه بنوشند.
۲. برای‌درمان زخم‌دهان و زبان با عرق‌شاهتره غرغره و مزمزه‌کنند.
۳. برای درمان پیوره و بیماری‌های دهان ۲ گرم برگ شمعدانی را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده سپس مزمزه کنند.
٤. جهت سستی و افتادگی زبان کوچک با جوشانده برگ‌های درختچه برگ نو غرغره شود.
٥. برای شستشوی زخم‌های دهان شیره میوه بلادر را با آب مخلوط کرده غرغره شود.
٦. برای رفع تلخی دهان آخر شب از شربت یا جوشانده خاکشیر استفاده گردد.
۷. برای شستشوی زخم‌های دهان (هر گونه زخمی که باشد) ٤٠ گرم ریشه گل خطمی خرد شده را در یک لیتر آب سرد ریخته به مدت چند ساعت بماند هنگامی که خوب خیس خورد با حرارت ملایم ۱۲ دقیقه جوشانده پس از سردشدن صاف نموده روزی ۳ – ۲ بار دهان شویه شود.

۸. یک گرم دارچین را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده پس از سردشدن با کمی عسل مخلوط نموده بنوشند برطرف کننده زیادی آب دهان می‌باشد.
۹. جهت درمان ثقل زبان روزی یک گرم ریشه اگیر ترکی را بر روی زبان بمالند و یا کمی ریشه اگیر ترکی را در دهان گذاشته بمکند.

## برفک دهان

۱. جهت درمان برفک دهان با دمکرده گل بنفشه شستشو دهند.
۲. جهت درمان برفک دهان با جوشانده برگ نو دهان‌شویه شود.

## بدبویی دهان

۱. برای از بین بردن بوی دهان و عفونت آن پوکه درخت بید (فوت‌فوته) را ساییده صبح و شب دهان را مسواک کنند.
۲. جهت برطرف کردن بوی بد دهان کمی چوب دارچین را در دهان بگذارند.
۳. برای رفع بوی بد دهان بعد از غذا کمی رازیانه بجوند.
٤. جهت خوشبوکردن دهان به مقدار بسیار کمی بسباسه را در دهان بعد از غذا نگه دارید.
۵. جهت رفع بوی بد دهان بعد از غذا کمی بادیان کوهی جویده شود.

## جوش دهان

۱. برای از بین بردن جوش‌های دهان و زبان کمی جوهر تواشیر را با عرق بید حل نموده روزی ۳ مرتبه غرغره و مزمزه کنند.

۲. جهت درمان تاول دهان و لثه با دمکرده گیاه اشوارک دهان را بشویید و مزمزه شود.

۳. جویدن برگ بابونه باعث برطرف شدن جوش‌های دهان می‌گردد.

## دندان

۱. جهت تسکین درد دندان با جوشانده برگ گز مزمزه شود.

۲. جهت تسکین درد دندان پنبه‌ای را با کمی پیاز لاله سرنگون مخلوط نموده روی دندان بگذارند این گیاه سمی است با احتیاط مصرف گردد.

۳. جهت تسکین درد دندان با جوشانده گیاه اکلیپتا غرغره شود.

٤. برای رفع زردی و جرم دندان و سفیدشدن آن برگ درخت بلوط را سوزانده و با خاکستر آن مسواک کنند.

٥. جهت تسکین درد دندان اسانس شمعدانی را روی آن بگذارند.

٦. برای درمان پیوره و پیله دندان ٥ گرم بنفشه را در ۲۰۰ سی‌سی آب جوشانده روزی چند بار مزمزه کنند.

۷. برای رفع پیله دندان ۲ گرم بوراکس را همراه ۳ گرم اسید بوریک در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش حل کرده پس از سردشدن غرغره کنند.

۸. برای تقویت لثه دندان و دهان یک قاشق چایخوری سرکه پیاز عنصل را در یک استکان آب مخلوط نموده مزمزه کنند.

۹. برای رشد دندان‌های کودک ٥ گرم ریشه خطمی را در ۲۰۰ سی‌سی آب جوشانده پس از سردشدن صاف نموده با عسل شیرین نموده روزی ۲ قاشق به کودک بدهند.

۱۰. برای آن که دندان کودک آسان و سریع درآید کودک ریشه خطمی را بجود.

۱۱. جهت سفیدشدن دندان ۲۰ گرم کف دریا و ۱۰ گرم دارچین را مخلوط نموده دندان‌ها را مسواک نمایند.

۱۲. جویدن خرفه کندی دندان را از بین می‌برد.

۱۳. برای جلای دندان و رفع بدبویی دهان با پودر انیسون مسواک کنند.

۱٤. برای بازشدن پیله دندان با جوشانده بارهنگ مزمزه شود.

**لثه**

۱. برای تقویت لثه رزین حسن لبه را بجوند.

۲. جویدن برگ تازه درخت نارون باعث سفت شدن لثه می‌گردد.

۳. برای محکم شدن لثه برگ بابونه را بجوند.

٤. جهت تقویت لثه و خوشبوشدن دهان بعد از غذا کمی انیسون را جویده و میل شود.

٥. جهت تقویت لثه و پاک شدن مینای دندان رازیانه، زیره سیاه و زیر سبز از هر کدام ۳۰ گرم و ۹۰ گرم زغال چوب درخت بید را آسیاب نموده با پودر آن دندان‌ها را مسواک کنند.

٦. جویدن برگ تازه شاهتره باعث تقویت لثه می‌گردد.

۷. جهت درمان ورم لثه و رفع پیوره با دمکرده گل خطمی مزمزه کنند.

۸. جهت محکم شدن لثه بعد از غذا کمی بادیان کوهی جویده شود.

۹. برای جلوگیری از خونریزی لثه ۲۰ گرم شیرین‌بیان را در ۴۰۰ سی‌سی آب سرد مخلوط کرده جوشانده ۱۵ دقیقه دم‌کرده سپس صاف نموده روزی ۲ بار دهان‌شویه شود.

## دیابت

### قند

۱. کسانی که مرض قند دارند موسیر را در برنامه غذایی خود قرار دهند.

۲. برای درمان دیابت ۴ گرم گل انار شیطان را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده صبح و عصر یک فنجان به مدت ۱۴ روز بنوشند.

۳. کسانی که بیماری قند دارند ۳ گرم انیسون را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۲۰ دقیقه دم‌کرده صبح و بعدازظهر بنوشند.

۴. کسانی که بیماری قند دارند روزی یک عدد شاه بلوط هندی میل کنند.

۵. از ساقه بیدگیاه به مقدار ۳ گرم در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بعدازظهر بنوشند.

۶. افراد دیابتی که ترشح ادرار دارند از خرفه مانند سبزی استفاده کنند.

۷. دارچین برای بیماری قند مفید است به مدت ۶ هفته روزی ۲ – ۱ گرم دارچین دم‌کرده میل کنند.

۸. برای درمان بیماری قند ۱/۵ گرم گرد غنچه درمنه (شیح) را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بعدازظهر بنوشند.

۹. جهت درمان قند یک گرم برگ شمعدانی را در ۱۰۰ سی‌سی آب جوشانده عصر بنوشند.

۱۰. مصرف شیرین بیان برای بیماران دیابتی ممنوع می‌باشد.

## رماتیسم

۱. جهت تسکین درد رماتیسم ۲ گرم از میوه و برگ گیاه اشوارک را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده و بنوشند.

۲. جهت معالجه رماتیسم روزی ۳ بار از دمکرده ریشه اشیرانت بنوشند یا روزی ۳ بار هر بار ۱۵ قطره از تنتور اشیرانت میل کنند و با جوشانده آن محل درد را ماساژ دهند.

۳. مالیدن رزین حسن لبه به محل درد رماتیسم باعث تسکین درد آن می‌شود.

٤. جهت درمان رماتیسم برگ‌های تازه شمشاد را کوبیده به صورت ضماد بگذارند و یا از جوشانده آن کمپرس کنند.

٥. برای تسکین درد رماتیسم از دمکرده اگیر ترکی به مقدار ٤ گرم در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش ۱۵ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند و از روغن آن به محل درد بمالند.

٦. جهت درمان رماتیسم ۲ گرم ریشه این گیاه را در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند این گیاه سمی است با احتیاط مصرف شود.

۷. جهت درمان رماتیسم از دمکرده پوست درخت نارون میل شود و با جوشانده آن محل درد را ماساژ دهند.

۸. برای تسکین دردهای رماتیسمی با روغن بابونه ماساژ دهند.

* **طرز تهیه روغن بابونه:** ۵۰ گرم بابونه را در ۱۵۰ گرم عرق طارونه یا گزنه خیس نموده سپس یک لیتر روغن کنجد به آن اضافه نموده با حرارت غیر مستقیم (بن‌ماری) حرارت داده تا آب آن تبخیر شود صاف نموده از روغن آن استفاده کنند.

۹. برای درمان رماتیسم ۱۰ گرم گیاه بادآورد را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۱۵ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۱۰. برای تسکین درد رماتیسم از روغن بادیان ختائی به محل درد بمالند و سپس روزی یک گرم از گرد این گیاه بعد از غذا میل کنند. طرز تهیه روغن در قسمت کمردرد آورده شده است.

۱۱. برای تسکین درد رماتیسم از جوشانده بارهنگ مانند چای بنوشند.

۱۲. جهت تسکین درد رماتیسم با اسانس روغنی گیاه باروسما موضع را ماساژ دهند و از دمکرده گیاه باروسما روزی ۳ فنجان بنوشند.

۱۳. برای درمان رماتیسم از روغن دانه باقلای هندی به صورت مالیدن استفاده شود.

۱٤. جهت تسکین درد رماتیسم ۳ گرم گیاه بالوطی را در ۳۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۱۵. برای درمان رماتیسم دانه گیاه درخت بان را ابتدا در عرق گزنه خیسانده سپس در روغن کنجد بطور غیر مستقیم جوشانده صاف نموده به محل درد بمالند، ۲۰ گرم دانه گیاه بان همراه ۵۰ گرم عرق گزنه را یکساعت خیس نموده در ۵۰۰ گرم روغن کنجد حرارت داده شود.

۱۶. جهت درمان رماتیسم ۲۰۰ گرم برگ‌های گیاه بتشک را در ۲ لیتر آب جوشانده سپس در حمام بدن را ماساژ دهند.

۱۷. جهت رماتیسم‌های مزمن یک گرم گیاه بتونیکا را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش چند دقیقه دم‌کرده بنوشند.

۱۸. ضماد برگ و ریشه بسفایج برای رماتیسم مناسب می‌باشد و یا با روغن ریشه بسفایج محل درد را ماساژ دهند.

۱۹. جهت درمان رماتیسم پنبه‌ای را به روغن بنفشه آغشته نموده داخل بینی بگذارند. طرز تهیه روغن بنفشه در قسمت ناخن آورده شده است.

۲۰. کسانی که رماتیسم دارند هر ماه بمدت یک هفته روزی ۲ بار، ۳ گرم بنفشه سه رنگ را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۲۱. جهت درمان رماتیسم مفصلی روزی ۲ بار هر بار نصف استکان عرق بید به مدت یک هفته در ماه بنوشند و از جوشانده برگ بید در محل درد به صورت ضماد بگذارند.

۲۲. جهت درمان رماتیسم روزی ۳ بار هر بار ۲ گرم ساقه بید گیاه را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده به مدت یک هفته در ماه بنوشند.

۲۳. جهت درمان انواع رماتیسم از جوشانده پوست درخت بیدمشک ۵ گرم در ۳۰۰ سی‌سی آب ۵ دقیقه جوشانده ۱۰ دقیقه دم‌کرده صبح و عصر به مدت یک هفته در ماه بنوشند.

۲٤. جهت بهبود رماتیسم‌های مفصلی هر ماه یک هفته روزی ۲ بار هر بار ۳ گرم گل پامچال را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند و برگ آن را کوبیده به صورت ضماد بگذارند.

۲۵. برای درمان رماتیسم روزی ۲ بار هر بار ۳۰ قطره تنتور لیکوپود (هاگ گیاه پای گرگ) را همراه کمی آب بنوشند.

۲٦. برای تسکین درد رماتیسم‌های مفصلی و مزمن روغن تاتوره را به محل درد بمالند.

* **طرز تهیه روغن تاتوره:** ۵۰ گرم برگ تاتوره را در ۵۰۰ سی‌سی روغن کنجد خیس نموده به مدت ١٤ روز مقابل آفتاب گذاشته سپس صاف نموده استفاده گردد.

۲۷. برای تسکین درد رماتیسم ۵ گرم گل خطمی را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۲۸. جهت درمان رماتیسم ۱۰ گرم دارچین، ۱۰ گرم زنجفیل را با ۲۰۰ گرم روغن کنجد مخلوط کرده به مدت ٦ ساعت حرارت غیر مستقیم داده (بن‌ماری) سپس صاف نموده محل درد را ماساژ دهند.

۲۹. برای تسکین درد مفاصل ۱۲ گرم برگ درخت زبان گنجشک را در ۲۰۰ سی‌سی آب جوشانده صاف نموده میل کنند.

۳۰. ماساژ با عرق رازیانه باعث تسکین درد رماتیسم می‌گردد.

۳۱. بیماران رماتیسمی از دمکرده ریشه زامور صبح و بعدازظهر هر بار ۱/۵ گرم در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.
۳۲. برای درمان رماتیسم‌های مزمن از ریشه زامور افابند روزی ۲ بار هر بار ۱/۵ گرم در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده به مدت یک هفته در ماه بنوشند.
۳۳. برای تسکین دردهای رماتیسمی ۱۰۰ گرم شبدر زرد را در یک لیتر آب جوشانده کمپرس کنند.
۳٤. جهت تسکین درد رماتیسم گرد چوب شمشاد را با سفیده تخم‌مرغ و آرد جو مخلوط نموده به صورت ضماد بگذارند.
۳۵. برای درمان رماتیسم‌های مزمن ٤ گرم برگ گیاه شمشاد را در ۲۵۰ سی‌سی آب جوشانده روزی ۳ فنجان به مدت ۳ روز در ماه بنوشند. از مصرف بی‌رویه این گیاه خودداری کنند زیرا باعث مسمومیت می‌گردد.

## سرفک

### سرفجه

۱. کسانی که مبتلا به سرخک یا سرخجه شده‌اند به مدت یک هفته یک گرم گل بنفشه را در ۱۵۰ گرم آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.
۲. کودکانی که سرخجه می‌گیرند از جوشانده خاکشیر جرعه‌جرعه به آن‌ها بدهند.

## سردرد

۱. جهت رفع سردرد روزی چند بار بخور اشنه دهند. اشنه خزه‌ای است که بر روی درختان بلوط، صنوبر و گردو بوجود می‌آید.
۲. جهت تسکین سردرد ۵ گرم بابونه را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش به مدت ۵ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.
۳. برای درمان دردهای نیمه سر ۸ گرم بادآورد را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.
٤. جهت رفع سردرد و سرگیجه از بخور انیسون استفاده شود.
٥. جهت سردردهای بلغمی میوه درخت برگ بو را با سرکه رقیق شده مخلوط نموده میل کنند.
٦. جهت سردردهای مزمن صمغ بخورالاکراد را با روغن گل سرخ و کمی سرکه مخلوط نموده به شقیقه‌ها بمالند.
۷. جهت تسکین سردرد ضماد برنجاسف را روی سر بگذارند.
۸. جهت درمان سردرد روغن بنفشه را به پیشانی بمالند. طرز تهیه روغن در قسمت ناخن آورده شده است.
۹. جهت درمان سردرد برگ تازه درخت بید را کوبیده مانند حنا به صورت ضماد روی سر بگذارند اگر برگ درخت بید نبود با عرق بید در حمام سر را بشویند.
۱۰. برای درمان سردردهایی که علت نامعلومی دارند عرق کاسنی و عرق بید از هر کدام ۱۵۰ گرم و فرنجمشک، تخم شربتی و تخم بالنگو از هر کدام ۵ گرم را شربت درست کرده روزی ۳ استکان بنوشند.

۱۱. برای درمان سردردهایی که منشأ صفراوی دارند به مدت یک هفته ۱۰ صبح و ۵ عصر نصف استکان عرق بید میل کرده و با آب جوشانده برگ بید سر را بشویند و یا به صورت ضماد بگذارند.

۱۲. برای درمان سردردی که از سودا باشد با عرق بیدمشک و کمی گلاب شربت درست کرده میل شود.

۱۳. جهت درمان سرگیجه از شربت بیدمشک با کمی گلاب ۱۰ صبح و ۵ عصر یک لیوان بنوشند.

۱٤. بوئیدن گل بیدمشک باعث تسکین سردرد می‌شود.

۱۵. برای سردردهای شدید روزی ۳ بار هر بار ۲ گرم گل پامچال را در ۱۵۰ سی‌سی آب دم‌کرده بنوشند.

۱٦. برای سردردهای سرد بعد از غذا نصف قاشق چایخوری از گرد پیاز عنصل تشویه شده میل کنند. روش تشویه پیاز عنصل در قسمت اعصاب آورده شده است.

۱۷. امام صادق(ع) فرمودند: شستن سر با خطمی امان است از سردرد و سر را از ناراحتی پاک می‌کند.

۱۸. نوشیدن دمکرده دارچین به مقدار یک گرم در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش باعث تسکین سردرد می‌شود.

۱۹. خوردن درمنه‌ترکی برای کسانی که سردرد دارند مضرمی‌باشد.

۲۰. برای درمان سردرد ۵ گرم زنیان، ۵ گرم رازیانه، ۵ گرم زیره سیاه، ۵ گرم زیره سبز و ۵۰ گرم نبات را خوب ساییده روزی ۳ قاشق مرباخوری میل کنند.

۲۱. جهت تسکین سردرد خاک اره چوب شمشاد را با حنا مخلوط نموده روی سر بگذارند.

## سرطان

۱. ماست موسیر از سرطان جلوگیری می‌کند.
۲. در گذشته برای معالجه سرطان پستان از لاله سرنگون استفاده می‌شده است مصرف آن حدود یک دهم گرم می‌باشد، این گیاه سمی است با احتیاط مصرف شود.
۳. برای بیماران سرطانی از دمکرده برگ و میوه گیاه انجیر چسب به مقدار ٦ گرم در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش می‌توان استفاده کرد.
٤. کسانی که مبتلا به سرطان هستند ۱۲ گرم بادآورد را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۲۰ دقیقه دم‌کرده بعد از هر غذا یک فنجان بنوشند.
۵. جهت درمان و جلوگیری از سرطان گیاه باریقون را با نظر پزشک مصرف کنند، ۱۰ گرم برگ این گیاه را با ۳۰۰ گرم هویجی که قبلاً پخته و له نموده مخلوط کرده کف پا به صورت ضماد بگذارند و یا در محل درد به صورت ضماد بگذارند، این گیاه سمی است از خوردن آن خودداری شود.
٦. کسانی که سرطان دارند ۲ گرم گل و برگ بنفشه را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده به مدت یک هفته در ماه بعدازظهرها بنوشند.

۷. دمکرده بنفشه ضد سرطان است هر ماه به مدت یک هفته روزی ۳ گرم بنفشه را در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده به ۳ نوبت بنوشند.

۸. جهت جوش‌های سرطانی تودری را در آب خیسانده سپس با عسل مخلوط نموده به صورت ضماد روی جوش‌ها بگذارند.

۹. برای درمان ورم‌های سرطانی یک قاشق خاکشیر را با مقداری نبات در ۲۰۰ سی‌سی آب جوشانده جرعه‌جرعه بنوشند و هم‌چنین مقداری خاکشیر را در آب جوشانده تا آب آن تبخیر شود سپس روی پارچه‌ای پهن نموده روی قسمت ورم بگذارند.

۱۰. شاهتره برای برخی از انواع تومورهای سرطانی مؤثر می‌باشد، ۲۰ گرم شاهتره و ۲۰ گرم کاسنی را مخلوط نموده به مدت ۸ روز، روزی ۲ گرم در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند و یا یک لیتر عرق کاسنی و یک لیتر عرق شاهتره را مخلوط نموده صبح و بعدازظهر یک استکان بنوشند.

۱۱. کسانی که سرطان دارند یک گرم شمعدانی را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۱۲. مصرف شیرین بیان باعث جلوگیری از بیماری سرطان می‌گردد.

* ۱۰ گرم شیرین بیان را در ۲۵۰ سی‌سی آب سرد ریخته هنگامی که جوش آمد ۵ دقیقه جوشانده ۱۲ ساعت بماند صاف نموده تا شب چند نوبت بنوشند، کسانی که فشارخون و بیماری قند دارند از خوردن شیرین بیان خودداری کنند.

۱۳. برای درمان سرطان معده از شیرین بیان به روش شماره ۱۲ استفاده شود.

۱۴. برای درمان سرطان خون از شیرین بیان به روش شماره ۱۲ استفاده شود.

## سرماخوردگی

۱. به خاطر وجود آنتی‌بیوتیک در گیاه گل ژاپنی دمکرده آن برای سرماخوردگی مفید می‌باشد.
۲. جهت رفع نزله (سرماخوردگی که باعث تب و سرفه می‌شود) ٤ گرم اگیر ترکی را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.
۳. جهت درمان سرماخوردگی ٥ گرم بابونه را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش به مدت ٥ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.
٤. کودکانی که سرما خورده‌اند بارهنگ را جوشانده جرعه‌جرعه به آن‌ها بدهند.
٥. برای درمان سرماخوردگی از دمکرده برگ‌های گیاه برگ بو به مقدار ۳ گرم در ۳۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.
٦. برای رفع زکام با دمکرده برنجاسف استنشاق کنند.
۷. برای درمان سرماخوردگی روزی ۳ بار هر بار یک گرم بسفایج را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.
۸. برای درمان زکام ۱۰ گرم شیرین بیان را در ۲۵۰ سی‌سی آب سرد ریخته حرارت می‌دهیم تا به جوش آید ٥ دقیقه جوشانده ۱۲ ساعت بگذارند بماند صاف نموده تا شب به چند نوبت بنوشند. به

مدت یک هفته کسانی که فشارخون دارند از خوردن این نوشیدنی خودداری کنند.

## سکته مغزی

### سکته قلبی

۱. برای کسانی که سکته کرده‌اند از دود اشنه استنشاق کنند.

۲. برای تقویت مغز ۵ گرم افلنجه را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان به مدت ۵ روز بنوشند.

۳. کسانی که سکته مغزی کرده‌اند ٤ گرم اگیر ترکی را در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش ۱۰ دقیقه دم‌کرده صبح و عصر یک فنجان بنوشند، هر ماه یک هفته مصرف شود.

٤. افرادی که سکته مغزی کرده‌اند شاه بلوط هندی کم مصرف کنند.

٥. برای کسانی که سکته مغزی کرده‌اند هر ماه بمدت یک هفته همراه غذا (ناهار) یک قاشق چایخوری سرکه پیاز عنصل میل کنند.

* **طرز تهیه سرکه پیاز عنصل:** ۱۰ گرم پیاز عنصل را خرد کرده (دستکش به دست کنند زیرا پیاز عنصل باعث سوزش پوست می‌گردد) ۲ گرم اسید اسیتیک متبلور و ۱۰۰ گرم سرکه انگور همه را در یک ظرف شیشه‌ای ریخته به مدت ۱٤ روز در آفتاب بگذارند سپس صاف نموده استفاده کنند.

٦. خوردن رازیانه به صورت کف لمه بعد از غذا از سکته قلبی جلوگیری می‌کند.

## سل

۱. برای درمان کسی که مسلول است ۳۰ گرم برگ گزنه را با کمی شکر در یک لیتر آبجوش به مدت ۲ ساعت خیسانده سپس صاف نموده روزی ۵ – ٤ فنجان به مدت ۷ روز در ماه بنوشند.

۲. گیاه اشیرانت را با گوشت پخته به صورت آش به مسلول بدهند برای بیمار مناسب و مفید است.

۳. برای سل ریوی ۱۰ گرم گیاه نبات الشیخ را در ۲۵۰ سی‌سی آبجوش ۱۵ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ فنجان به مدت ١٤ روز بنوشند.

٤. افراد مسلول از میوه گیاه بابارتو با احتیاط استفاده کنند زیرا خوردن میوه این گیاه باعث ایجاد ضعف قلب می‌گردد، بیماران قلبی از این گیاه استفاده نکنند.

٥. افراد مسلول بعد از غذا یک گرم بادروج را در ۱۰۰ سی‌سی آبجوش دم‌کرده بنوشند.

٦. افراد مسلول ٤ گرم ریشه بادیان رومی را در ۲۰۰ سی‌سی آبجوش دم‌کرده صبح و عصر بنوشند.

۷. افراد مسلول و کسانی که خونریزی سینه دارند ابتدا عدس را کاملاً پخته سپس یک قاشق مرباخوری بارهنگ به آن اضافه نموده به عنوان صبحانه میل کنند اگر برگ بارهنگ استفاده شود بهتر است.

۸. برای درمان سل ۱۰۰ گرم برگ گیاه باریقون را با ۳۰۰ گرم هویج پخته شده مخلوط نموده به صورت ضماد روی سینه بیمار بگذارند.

۹. برای از بین بردن عرق شبانه مسلولین ۵ قطره تنتور بلادون همراه کمی آب بنوشند.

۱۰. برای درمان سل ریوی هر ماه ۱۴ روز، روزی ۲ گرم بنفشه را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۱۱. جهت درمان سل روزی ۲ بار هر بار یک گرم گل بنفشه را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده به مدت ۲ هفته بنوشند.

۱۲. برای درمان سل ۳ گرم پرسیاوشان و ۲ گرم ریشه بادیان را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۱۰ دقیقه دم‌کرده صبح ناشتا میل کنند.

۱۳. برای دفع خونریزی سینه و چرک آن از خرفه مانند سبزی خورده شود و یا از تخم آن به صورت دمکرده بنوشند.

۱۴. افراد مسلول از خرفه به صورت سبزی و از دمکرده تخم آن استفاده کنند.

۱۵. برای درمان سل پوستی ۴۰ گرم گل خطمی را در یک لیتر آب جوشانده ۱۰ گرم اسید بوریک را به آن اضافه نموده زخم‌ها را بشویند.

۱۶. مسلولین رازیانه را مانند تنباکو بر سر قلیان گذاشته بدین طریق استفاده کنند به مدت ۱۲ روز فقط روزی یک بار بکشند. روز اول ۴ گرم، روز دوم ۸ گرم همین طور اضافه شود که روز ششم به ۲۴ گرم برسد سپس از روز هفتم هر روز ۴ گرم کم کنند.

۱۷. کسانی که مسلول هستند یک گرم از گرد میوه شوکران الماء با شربت ساده مخلوط نموده صبح و عصر به مدت ۸ روز بنوشند این گیاه سمی است باید با نظر پزشک مصرف گردد.

## سموم بدن

۱. ماست موسیر دفع‌کننده سموم بدن می‌باشد.

## سودا

۱. جهت معالجه زخم‌های سوداوی ۵۰ گرم پوست خشک درخت نارون را در ۵۰۰سی‌سی آب جوشانده سپس صاف نموده با ۲۰۰ گرم روغن بادام شیرین و ۵۰ گرم موم زنبور عسل مخلوط نموده با حرارت غیر مستقیم (بن‌ماری) حرارت داده پس از سردشدن به محل بمالند.
۲. جهت دفع سودا یک گرم بابونه را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دمکرده بعد از غذا بنوشند.
۳. دمکرده تخم بادروج رفع کننده سودا می‌باشد.
٤. برای دفع سودا ۱۲ گرم برنگ کابلی را همراه شیر میل کنند.
٥. دمکرده بسفایج ضدسودا می‌باشد، ۲ گرم در ۱۵۰ سی‌سی آب دمکرده میل شود.
٦. جوشانده آویشن ضد سودا می‌باشد، یک گرم در ۱۵۰ سی‌سی آب جوشانده میل شود.

۷. قدومه ضد سودا می‌باشد یک گرم خیسانده سپس میل کنند.

۸. دمکرده شاهتره برای بیماران سوداوی مفید می‌باشد به مدت ۳ ماه هر ماه یک هفته روزی ۲ بار هر بار یک گرم کاسنی با یک گرم شاهتره در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۹. برای درمان بیماری‌های سوداوی ۲ گرم برگ خشک شمشاد را در ۲۵۰ سی‌سی آب سرد ریخته حرارت دهند تا به جوش آید ۱۵ دقیقه جوشانده سپس صاف نموده یک فنجان صبح ناشتا و یک فنجان یک ساعت بعد از غذا همراه عسل بنوشند با احتیاط مصرف شود زیرا ممکن است ایجاد مسمومیت نماید.

## سوزاک و سیفیلیس

۱. جهت درمان سوزاک ۳۰ گرم گیاه افلنجه را با یک لیتر آب مخلوط کرده جوشانده سپس شیرین نموده هر ۸ ساعت یک استکان از شربت همراه یک لیوان آب به مدت ۵ روز بنوشند.

۲. جهت معالجه سیفیلیس از میوه درخت الستونیه استفاده شود.

۳. برای درمان بیماری سیفیلیس ی٦ گرم پوست شاخه‌های جوان گیاه پارپوک را در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

* پارپوک درختچه‌ای است که در بلوچستان و بندرعباس می‌روید و به نام‌های لاهیرو و انار شیطان معروف است.

٤. جهت درمان ناراحتی‌های مجاری ادرار و تناسلی ۱۰ گرم پوست درخت نارون را در ۵۰۰ سی‌سی آب جوشانده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۵. جهت درمان سوزاک ۳ گرم بادروج را در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ استکان بنوشند و ۵ گرم بادروج را در ۲۰۰ سی‌سی آب جوشانده شستشو دهند.

٦. جهت درمان سوزاک ۵۰ گرم بارهنگ را در یک لیتر آب جوشانده هر ٤ ساعت یک لیوان بنوشند.

۷. جهت درمان عفونت‌های مجاری ادرار ۳ گرم برگ خشک گیاه باروسما را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۲۰ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۸. جهت زخم‌های سیفیلیس ۱۰ گرم برگ باریقون را با ۳۰۰ گرم هویج پخته له شده مخلوط نموده به صورت ضماد بگذارند.

۹. برای درمان سوزاک کمی عصاره ریشه باقلای هندی و هم وزن آن شیره نارگیل با کمی آب آهک مخلوط نموده به صورت خوراکی استفاده کنند.

۱۰. برای معالجه سوزاک ٤ گرم برگ‌های درخت بان را در ۳۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده به ٤ نوبت بنوشند و کمی از برگ‌های آن را جویده میل شود.

۱۱. جهت درمان ورم سوزاک ۳ گرم بنفشه را در ۱۵۰ سی‌سی آب جوشانده به صورت ضماد بگذارند.

۱۲. برای درمان سوزاک و یا ورم لوله داخلی آلت روغن بنفشه و روغن بادام تلخ و کمی لعاب اسفرزه را مخلوط نموده به آلت بمالند.

۱۳. برای بیماری سیفیلیس روزی ۲ بار هر بار ٤۰ قطره از تنتور گیاه پای گرگ استفاده شود.

۱٤. برای درمان سوزش مجاری ادرار از آش آبغوره که در آن سبزی خرفه می‌باشد میل کنند.

۱۵. برای درمان سوزاک ۲۰ گرم خطمی را در یک لیتر آب جوشانده هر ٦ ساعت یک لیوان بنوشند و یا برگ خطمی را پخته میل کنند به مقدار خیلی کم و یا گل بنفشه، عناب، خارخسک، تاجریزی و گل خطمی از هر کدام ۸ گرم را در یک لیتر آب‌جوش دم‌کرده پس از صاف کردن هر ۵ ساعت یک لیوان بنوشند.

۱٦. دمکرده چای دارچین برطرف کننده سوزش و ناراحتی‌های مجاری ادرار می‌باشد. بعدازظهرها یک گرم در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۱۷. برای درمان بیماری‌های آمیزشی و سوزاک روزی ۳ بار هر بار ۱/۵ گرم ریشه زامور افابند را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۱۸. برای بیماری سوزاک ٦ گرم شبدر را در ۳۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده صبح و عصر بنوشند.

۱۹. برای درمان سیفیلیس ۸ گرم برگ شمشاد را در ۵۰۰ سی‌سی آب جوشانده ۳ قسمت نموده هر ۸ ساعت یک قسمت آن را

بنوشند. از مصرف بی‌رویه آن خودداری کنند زیرا باعث مسمومیت می‌گردد.

## سیاتیک

۱. برای درمان سیاتیک پیاز لاله سرنگون را با دنبه گوسفند کوبیده سپس با حرارت غیر مستقیم (آب‌جوش) دنبه را تبدیل به روغن کرده سپس به محل بمالند.

۲. جهت درمان سیاتیک با روغن بابونه صبح و شب ماساژ دهند. طرز تهیه آن در بخش رماتیسم آورده شده است.

۳. برای درمان بیماری عرق‌النساء ۱۰ گرم گیاه بادآورد را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۱۵ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

٤. برای تسکین درد سیاتیک از روغن بادیان کوهی شب‌ها به محل درد بمالند.

* **طرز تهیه روغن بادیان کوهی:** ۲۰ گرم دانه گیاه را در ۵۰ سی‌سی عرق طاورنه یا گزنه خیس نموده بعد از یک روز با ۲۰۰ گرم روغن کنجد مخلوط کرده با حرارت غیر مستقیم (بن‌ماری) حرارت می‌دهیم تا آب آن تبخیر شود سپس صاف نموده استفاده می‌کنند.

۵. برای تسکین درد سیاتیک ۱۰ گرم برگ گیاه باریقون را با ۳۰۰ گرم هویج پخته و له شده مخلوط نموده به صورت ضماد بگذارند.

۶. جهت تسکین درد سیاتیک صمغ بخورالاکراد را با روغن گل سرخ و کمی سرکه مخلوط نموده به صورت ضماد بگذارند.
۷. جهت تسکین درد سیاتیک روزی ۲ بار هر بار ۴۰ قطره از تنتور پای گرگ را همراه کمی آب بنوشند.
۸. برای تسکین درد سیاتیک روزی ۲ بار هر بار یک گرم از گرد پیاز عنصل تشویه شده میل کنند. طرز تهیه در قسمت اعصاب آورده شده است.
۹. جهت تسکین درد سیاتیک باقلای مصری را پخته با آرد جو مخلوط نموده به صورت ضماد بگذارند.
۱۰. جهت درمان سیاتیک ۵ گرم خطمی خبازی را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده سپس صاف نموده جرعه‌جرعه بنوشند و باقیمانده آن را به صورت ضماد در محل درد بگذارند.

## سینوزیت

۱. کسانی که سینوزیت مزمن دارند به مدت ۱۴ روز، روزی ۲ بار هر بار یک گرم دارچین را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

## صفرا

۱. برای تسکین صفرا از برگ و ساقه خرفه به صورت خام استفاده شود.

۲. دمکرده بابونه بازکننده کیسه صفرا می‌باشد ۳ گرم در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۵ دقیقه دم‌کرده صبح و شب یک فنجان بنوشند.
۳. برای بازشدن گرفتگی کیسه صفرا ۲ گرم ریشه بخور مریم را با کمی کتیرا میل کنند.
٤. دمکرده بسفایج صفراآور است.
٥. میوه بلیله برای بیماری‌های صفراوی مفید می‌باشد مقدار مصرف آن یک گرم همراه عسل به مدت یک هفته می‌باشد.
٦. دمکرده گل بنفشه صفرابر می‌باشد یک قاشق غذاخوری در یک لیوان آب‌جوش دم‌کرده به مدت ۷ روز بعدازظهرها بنوشند به طور کلی گل بنفشه تنظیم کننده صفرا می‌باشد.
۷. جهت درمان سنگ کیسه صفرا روزی ۳ بار هر بار ۲ گرم از ساقه بیدگیاه در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش ۵ دقیقه دم‌کرده به مدت یک هفته بنوشند.
۸. کسانی که مبتلا به سنگ صفرا می‌باشند ۵ گرم برگ درخت بیدمشک را با ۲۵۰ سی‌سی آب به مدت ۵ دقیقه جوشانده ۱۰ دقیقه دم‌کرده به مدت یک هفته صبح و عصر بنوشند.
۹. جوشانده آویشن مسهل صفرا می‌باشد.
۱۰. جهت دفع سنگ کیسه صفرا شب خاکشیر را در شربت سکنجبین خیس نموده صبح ناشتا بنوشند.
۱۱. مصرف موسیر باعث دفع سنگ کیسه صفرا می‌گردد.
۱۲. خرفه تسکین دهنده تب‌های گرم صفراوی می‌باشد مانند سبزی همراه غذا میل شود.

۱۳. برای دفع سنگ کیسه صفرا از برگ خرفه به صورت خام یا پخته یا ترشی خرفه همراه غذا استفاده کنند و یا این که ۲ گرم تخم خرفه را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بعدازظهر بنوشند.

۱٤. جهت دفع سنگ کیسه صفرا ۳ گرم رازیانه را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۱۵. برای عوارض کیسه صفرا ۲ گرم شاهتره و ۲ گرم کاسنی را مخلوط نموده سپس صبح و عصر هر بار ۲ گرم در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده به مدت یک هفته بنوشند.

## طحال

### ورم طحال

۱. دمکرده برگ درخت گز بازکننده گرفتگی طحال می‌باشد. ۵ گرم آن را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۱۰ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۲. جهت درمان سفتی و درد طحال ۵ گرم اگیر ترکی را در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش ۲۰ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۳. جهت بازشدن انسداد طحال ۳ گرم انیسون را با یک گرم شیرین‌بیان در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۲۰ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

٤. برای درمان روم طحال ریشه تازه گیاه بخور مریم را کوبیده به صورت ضماد بگذارند.

۵. جهت درمان بیماری‌های طحال ریشه گیاه بردی را با کمی سرکه مخلوط کرده بنوشند.
٦. جهت درمان امراض طحال میوه درخت برگ بو را با عسل مخلوط نموده میل شود.
۷. برای درمان گرفتگی طحال ۲ گرم گل تاج‌ریزی را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده سپس با سکنجبین مخلوط نموده بنوشند.
۸. دمکرده بسفایج برای طحال مفید می‌باشد.
۹. جهت درد طحال ۳ گرم بنفشه سه رنگ را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بعدازظهر بنوشند.
۱۰. برای درمان بدی مزاج طحال که در اثر حرارت باشد قبل از غذا نصف استکان از جوشانده برگ بید به مقدار ۳ گرم در ۱۰۰ سی‌سی آب جوشانده بنوشند.
۱۱. برای رفع سختی و ورم طحال ۳ گرم برگ درخت بیدمشک را در ۱۰۰ سی‌سی آب جوشانده صبح و عصر بمدت یک هفته بنوشند.
۱۲. جهت درمان ورم طحال بعدازظهرها از دمکرده چای دارچین بنوشند.
۱۳. دمکرده رازیانه و یا خوردن آن همراه غذا برای طحال مفید می‌باشد.
۱٤. برای بازشدن انسداد طحال به مدت ۸ روز، روزی ۲ بار هر بار یک گرم شاهتره با یک گرم کاسنی مخلوط نموده در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

# طول عمر

## جوانی

۱. جوشانده بارهنگ باعث طول عمر می‌گردد.

۲. یک شربت مقوی جهت تقویت عمومی بدن و طول عمر و جهت تولید مثل که قرن‌ها مورد استفاده حکمای تائوییست قرار می‌گرفت عبارتند از:

* ۲۵۰ گرم بارهنگ پهن برگ خشک، ۱۵۰ گرم دارچین، ۱۰۰ گرم ریشه شیرین بیان و ۲ لیتر آب انگور قرمز که خوب جوشیده شده باشد سپس آب انگور را با مواد فوق مخلوط نموده به مدت ۱۵ روز بماند و هر روز ظرف را تکان دهند، بعد از ۱۵ روز صاف نموده روزی یک فنجان بنوشند.

۳. نوشیدن شربت خاکشیر عمر را طولانی می‌کند.

٤. مصرف زیاد دارچین از طول عمر می‌کاهد.

٥. نوشیدن دمکرده برگ درخت زبان گنجشک باعث طول عمر می‌شود.

٦. اگر بعد از غذا کمی رازیانه خورده شود باعث طول عمر می‌گردد.

۷. نوشیدن عرق شاهتره در فصل بهار همراه عرق کاسنی (نصف استکان شاهتره و نصف استکان کاسنی) باعث طول عمر می‌شود.

۸. مصرف شیرین بیان باعث طول عمر می‌شود ۱۰ گرم شیرین بیان را در ۲۵۰ سی‌سی آب سرد ریخته هنگامی که جوش آمد ٥ دقیقه

جوشانده بگذارند ۱۲ ساعت بماند صاف نموده تا شب به چند نوبت بنوشند کسانی که فشارخون دارند با احتیاط مصرف کنند، برای بیماران دیابتی ممنوع می‌باشد.

## عرق بدن

۱. برای رفع بدبویی عرق زیر بغل گرد اشنه را بپاشند. برای تهیه گرد اشنه ابتدا اشنه را شسته سپس خشک کرده آنگاه بکوبند.

۲. جهت رفع بدبویی عرق زیر بغل گرد ریشه بخورالاکراد را به صورت ضماد زیر بغل بگذارند.

۳. کسانی که بیش از حد عرق می‌کنند ۲ گرم برنجاسف را با یک لیوان آب‌جوش ۲۰ دقیقه دم‌کرده به مدت یک هفته بنوشند.

٤. برای رفع بدبویی عرق بدن و زیر بغل ۳ گرم بسباسه را با ۳۰ گرم برگ مورد در عرق مورد خیس کرده بصورت ضماد بگذارند.

٥. برای درمان ترشح فراوان عرق هر شب به مدت یک هفته ٥ قطره تنتور بلادون همراه کمی آب بنوشند.

٦. دمکرده گل بنفشه عرق آور می‌باشد.

۷. برای رفع بوی بد پا ۱۰ گرم بوراکس را در یک لیتر عرق بید با حرارت غیر مستقیم (بن‌ماری) حل نموده سپس پاها را شستشو دهند.

۸. جهت بازشدن عروق مخصوصاً عروق کرونر یک قاشق چایخوری تودری را در یک لیوان آب جوشانده میل کنند.

۹. کسانی که زیاد عرق می‌کنند دارچین کمتر مصرف کنند.
۱۰. برای رفع بوی بد پا و عرق زیر بغل ۵ عصر یک فنجان از دمکرده دارچین هر ماه یک هفته بنوشند.
۱۱. ریشه زامور افابند معرق می‌باشد.
۱۲. برای رفع بوی بد بدن، زیر بغل و پا برگ شیرین بیان را به صورت ضماد بگذارند.

## فشارخون

۱. کسانی که فشارخون دارند همراه غذای خود از ماست موسیر استفاده کنند بهتر است که بعد از اتمام غذا یک پیاله ماست موسیر میل کنند.
۲. افرادی که فشارخون دارند بابونه کمتر مصرف کنند.
۳. جهت پایین آوردن فشارخون یک گرم بسفایج را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بعدازظهرها به مدت ۱٤ روز بنوشند.
٤. برای پایین آوردن فشارخون ۲ گرم بنفشه و ۳ عدد عناب را در ۱۵۰ سی‌سی آب جوشانده میل شود.
۵. برای بهبودی فشارخون خاکشیر را کوبیده با کمی عرق برگ زیتون مخلوط کرده شب هنگام خواب به کف پا تا مچ به صورت ضماد بمالند.
٦. کسانی که فشارخون آن‌ها پایین است و انگشتان سردی دارند یک گرم دارچین را با یک گرم زنجفیل مخلوط نموده در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بعدازظهرها بنوشند.

۷. کسانی که فشارخون دارند یک گرم برگ شمعدانی را در ۱۰۰ سی‌سی آب جوشانده به مدت یک هفته بنوشند.

۸. کسانی که فشارخون دارند از خوردن دمکرده دارچین خودداری کنند.

۹. خوردن شیرین بیان برای کسانی که فشارخون آن‌ها بالاست ممنوع می‌باشد.

۱۰. کسانی که فشارخون آن‌ها پایین است از جوشانده شیرین بیان استفاده کنند.

* **طرز تهیه جوشانده شیرین بیان:** ۱۰ گرم شیرین بیان را در ۲۵۰ سی‌سی آب سرد ریخته هنگامی که جوش آمد ۵ دقیقه جوشانده ۱۲ ساعت بماند صاف نموده روزی یک بار ساعت ۱۰ صبح میل شود.

## قاعدگی

۱. جهت درمان قطع قاعدگی ٦ گرم گل انار شیطان را در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان به مدت ۳ روز بنوشند.

۲. جهت تسکین درد ماهانه ۲ گرم بابونه را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند نباید بیش از ۳ روز مصرف گردد.

۳. دمکرده بابونه قاعده‌آور می‌باشد، ٤ گرم در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده با نبات شیرین نموده به مدت ۳ روز، روزی ۳ فنجان بنوشند.

۴. جهت بازشدن قاعدگی ۱۰ گرم بابونه را در ۲۰۰ سی‌سی آب جوشانده سپس صاف نموده پس از سردشدن تامپون (نوعی نوار بهداشتی) را آغشته به محلول کرده داخل مهبل بگذارند.

۵. جهت بازشدن قاعدگی به مدت ۷ - ۳ روز، روزی ۳ گرم بادیان رومی میل کنند.

۶. بادیان رومی تسکین دهنده دردهای قاعدگی است بعد از پاک شدن به مدت ۱۴ روز، روزی ۲ گرم بادیان رومی را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند. این دمکرده تنظیم کننده عادت ماهانه نیز می‌باشد.

۷. جهت درمان زیادی خون عادت ماهانه یک قاشق مرباخوری بارهنگ را با یک لیوان آب سرد جوشانده میل کنند بعد از پاک شدن به مدت ۱۴ روز استفاده شود.

۸. خوردن صمغ باریجه قاعده‌آور است به مدت ۳ روز، روزی ۳ گرم میل کنند، خانم‌های حامله از خوردن آن خودداری کنند.

۹. دانه باقلای سنت اینیاس قاعده‌آور است ولی به خاطر سمی بودن از خوردن آن خودداری شود.

۱۰. جهت بازشدن قاعدگی ۳ گرم ریشه درخت بان را در ۲۰۰ سی‌سی آب جوشانده بنوشند.

۱۱. خانم‌هایی که سریع پریود می‌شوند و یا خونریزی آن‌ها بیشتر از حد معمول است بعد از پاک شدن به مدت ۱۴ روز، روزی ۲ بار هر بار ۲ گرم برگ درخت بیدمشک را در ۱۵۰ سی‌سی آب ۵ دقیقه جوشانده ۱۰ دقیقه دم‌کرده بنوشند.

۱۲. برای آسان نمودن جریان عادت ماهانه ٤ روز قبل از عادت روزی ۲ بار هر بار یک گرم گرد پیاز عنصل تشویه شده را با کمی آب به مدت ٤ روز میل کنند.

۱۳. برای بازشدن قاعدگی یک گرم دانه ترمس، یک گرم سداب و یک گرم فلفل سیاه را مخلوط نموده در یک لیوان آب‌جوش به مدت ٥ دقیقه دم‌کرده میل شود نباید بیش از ۲ روز، روزی یک بار استفاده گردد زیرا باقلای مصری سمی است.

١٤. برای درمان ورم دستگاه تناسلی خانم‌ها یک قاشق خاکشیر را با مقداری نبات در ۲۰۰ سی‌سی آب جوشانده جرعه‌جرعه بنوشند و مقداری خاکشیر را در آب جوشانده تا آب آن تبخیر شود سپس روی پارچه‌ای پهن نموده روی قسمت ورم بگذارند.

١٥. جهت درمان خونروی بین قاعدگی بعد از پاک شدن به مدت ١٥ روز از سبزی خرفه به صورت خام، پخته و یا از دمکرده تخم خرفه ۲ گرم در ١٥٠ سی‌سی آب‌جوش میل کنند.

١٦. جهت تنظیم عادت ماهانه بعد از پاک شدن به مدت یک هفته بعدازظهرها یک گرم دارچین را در ١٠٠ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

١٧. جهت درمان دردهای قاعدگی ۲ گرم دارچین را در یک لیوان آب‌جوش دم‌کرده طی ۳ نوبت (صبح، ظهر و شب) بنوشند و زیر شکم را با پارچه‌ای گرم بپوشانند.

١٨. برای بازشدن قاعدگی ۲ گرم از غده‌های ریشه بخور مریم را میل کنند.

۱۹. جهت تسکین دردهای قاعدگی ۳ گرم برگ و پوست درخت بداغ جنگلی را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۲۰. برای تنظیم قاعدگی ٤ – ۲ گرم ریشه ساقه درختچه بداغ جنگلی را در یک لیتر آب‌جوش دم‌کرده روزی سه فنجان به مدت ٤ روز بنوشند از برگ و میوه این گیاه نیز می‌توان استفاده کرد.

۲۱. جهت درمان اختلالات قاعدگی ۲ گرم برنجاسف را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۲۰ دقیقه دم‌کرده یک هفته بعد از پاک شدن به مدت ۱۰ روز، روزی ۳ فنجان بنوشند.

۲۲. برای بازشدن قاعدگی ۱۰۰ گرم برنجاسف را در ٤ لیتر آب جوشانده سپس در آب بنشینند برای خانم‌های حامله ممنوع است.

۲۳. برای تسکین درد و ناراحتی‌های قاعدگی ۱۵ گرم برنجاسف و ۱۵ گرم کیسه کشیش را در یک لیتر آب‌جوش ۲۰ دقیقه دم‌کرده ۳ روز مانده به شروع قاعدگی روزی ۳ فنجان بنوشند.

۲٤. خانم‌هایی که بدون دلیل عادت ماهانه آنها قطع می‌شود بعد از پاک شدن به مدت ٤ روز، روزی ۲ گرم از گل و دانه تاج خروس را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۲۵. جهت درمان دل درد و کمردرد دختران بسفایج، گل گاوزبان و سنبل‌الطیب از هر کدام ۳ گرم را مخلوط نموده در ۲۰۰ سی‌سی آب جوشانده بعدازظهر بنوشند.

۲۷. برای جلوگیری از خونریزی زنانگی پودر میوه خشک بلوط را داخل یک پارچه نازک ریخته همراه خود داشته باشند به طوری که با پوست بدن ارتباط داشته باشد.

۲۸. جهت تنظیم قاعدگی بعد از پاک شدن به مدت ۱٤ روز، روزی یک عدد بلوط خوب جویده و میل شود.
۲۹. جهت درمان بی‌نظمی عادت ماهانه بعد از پاک شدن به مدت ۷ روز، روزی یک گرم گرد هاگ گیاه پای گرگ را در ۱۰۰ سی‌سی آب جوشانده حل کرده بنوشند.
۳۰. دمکرده رازیانه قاعده‌آور است به مدت ٤ روز، روزی ۳ بار هر بار یک قاشق مرباخوری در یک لیوان آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.
۳۱. جهت تسکین درد عادت ماهانه و تنظیم آن ٥ گرم رازیانه را در ۲۰۰ سی‌سی آب جوشانده روزی ۳ فنجان بنوشند.
۳۲. برای درمان اختلالات قاعدگی بعد از پاک شدن به مدت ۸ روز، روزی ۲ بار هر بار یک گرم شاهتره با یک گرم کاسنی را مخلوط نموده در ۱٥۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.
۳۳. برای درمان تسکین دردهای قاعدگی ۳ گرم گیاه شبدر را در ۱٥۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

## حاملگی

۱. جهت ساکت کردن دردهای پس از زایمان از دمکرده گیاه اشیرانت بنوشند اما خانم‌های باردار از خوردن این گیاه خودداری کنند.
۲. برای آسان خارج شدن جفت نوزاد ریشه گیاه اشیرانت را سرخ کرده و یا به صورت خام پس از زایمان میل کنند.
۳. خانم‌های حامله از خوردن افلنجه خودداری کنند زیرا باعث سقط جنین می‌شود.

۴. جهت درمان ضعف بعد از زایمان ۳ گرم گیاه اکلیپتا را در ۳۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۵ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.
۵. خانم‌های حامله و مادران شیرده از مصرف گیاه گل ژاپنی خودداری کنند.
۶. جهت درمان ناراحتی‌های بعد از زایمان ۴ گرم ریشه انار دانه دشتی را در ۲۰۰ سی‌سی آب جوشانده به مدت ۳ روز میل کنند.
۷. جهت درمان خونریزی بدون دلیل پس از زایمان ۶ گرم گل انار شیطان را در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.
۸. جهت خارج کردن پرده مشیمه ۴ گرم بابونه را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش ۵ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ فنجان به مدت ۳ روز بنوشند.
۹. خوردن بابونه برای خانم‌های حامله مضر می‌باشد.
۱۰. برای خارج کردن جنین مرده و مشیمه صمغ باریجه را با سرکه رقیق و مرمکی رقیق شده میل کنند.
۱۱. خانم‌های حامله از خوردن صمغ باریجه خودداری کنند.
۱۲. برای زایمان آسان و راحت باقلای هندی را در آتش پخته پوست آن را جدا نموده یا آب مخلوط کرده میل شود.
۱۳. جهت زایمان آسان دود ریشه گیاه بخورالاکراد را در بین خانم حامله که در حال زاییدن می‌باشد استنشاق کنند.
۱۴. خانم‌های حامله از مصرف گیاه بخور مریم چه به صورت خوراکی و چه به صورت استعمال خارجی خودداری کنند.
۱۵. از پوست و برگ بداغ جنگلی در موارد زایمان زودرس، حوادث و ناراحتی‌های دوران بارداری می‌توان استفاده کرد.

۱٦. جهت تسکین درد زایمان حدود یک گرم زعفران را با ۱۵ گرم بسباسه ساییده سپس کمی از پودر را با روغن کنجد مخلوط کرده بر پشت بمالند.
۱۷. خانم‌های حامله از خوردن بسفایج خودداری کنند.
۱۸. جهت رفع درد و آسان زاییدن زائو عرق بیدمشک، گلاب، تخم ریحان را با کمی نبات شربت نموده میل کنند و بعد از زایمان نیز این شربت را چند مرتبه بنوشند.
۱۹. خانم‌های باردار از خوردن باقلای مصری خودداری کنند.
۲۰. خانم‌های حامله سعی کنند خیلی کم دارچین مصرف کنند زیرا زیاده‌روی در آن باعث سقط جنین می‌شود.
۲۱. جهت رفع زردی صورت خانم‌ها بعد از زایمان ۵۰ گرم رازیانه و ۵۰ گرم شکر را آسیاب نموده به مدت ۲۰ روز هر روز یک قاشق مرباخوری میل شود.

۵۵)

۱. برای اختناق و درد رحم ۵۰ گرم اشنه را در ۲ لیتر آب دمکرده سپس در آن بنشینند.
۲. جهت رفع التهاب دستگاه تناسلی خانم‌ها ۳۰ گرم ریشه گیاه گل ژاپنی را در یک لیتر آب جوشانده شستشو دهند، این جوشانده برای عفونت‌های قارچی نیز مفید می‌باشد.
۳. جهت درمان ترشحات بیش از اندازه خانم‌ها ٦ گرم گل انار شیطان را در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش دمکرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

٤. جهت درمان ترشحات زیاد زنانگی ٦ گرم از برگ، گل و سرشاخه درخت لاهیرو را در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان به مدت ۳ روز بنوشند.

٥. برای جلوگیری از ترشحات سفید خانم‌ها ٥۰ گرم پوست خشک درخت نارون را در یک لیتر آب سرد به مدت ۲ ساعت خیس نموده ٥ دقیقه جوشانده پس از صاف کردن روزی ۳ فنجان بنوشند.

٦. برای درمان خارش مهبل ٥۰ گرم بابونه را در یک لیتر آب جوشانده شستشو دهند.

۷. جهت درمان ترشحات زنانه ۲ گرم بادیان رومی را در ۱٥۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده سپس بنوشند.

۸. جهت تسکین خارش مهبل ۳۰ گرم بادیان کوهی را در یک لیتر آب جوشانده پس از صاف کردن شستشو دهند.

۹. برای تسکین درد رحم صمغ باریجه را با روغن زیتون مخلوط کرده به صورت ضماد بر پشت زهار بگذارند.

۱۰. جهت تسکین دردهای رحمی روغن حب الغار را به پشت زهار و رحم بمالند.

۱۱. جهت درمان التهاب مهبل ٤۰ گرم برنجاسف را در ۲ لیتر آب جوشانده سپس واژن را بشویند.

۱۲. جهت تقویت عضلات رحم ۲ گرم بسباسه را با ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۱۳. جهت درمان زیادی ترشحات سفید رنگ مهبل بعد از پاک شدن به مدت ٤ روز، روزی ۲ گرم از گل و دانه گیاه تاج خروس در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۱٤. برای تسکین اسپاسم‌های واژن و مقعد ٥ قطره تنتور بلادون همراه کمی آب میل شود.

۱٥. برای قطع خونریزی از رحم ۳۰ گرم پوست درخت بلوط را با ۱۰۰ گرم عسل مخلوط نموده روزی یک قاشق مرباخوری میل کنند.

۱٦. جهت رفع ترشحات رحم روزی ٥ دانه میوه بلوط شیرین میل شود.

۱۷. برای رفع امراض و ناراحتی‌های رحم ۱۰۰ گرم ریشه خشک شده بلوط را در ۲ لیتر آب جوشانده پس از سردشدن در آن بنشینند.

۱۸. برای درمان ورم رحم یک قاشق غذاخوری گل بنفشه را در یک لیوان آب سرد جوشانده به مدت ۷ روز بنوشند.

۱۹. برای تسکین خارش مهبل روغن بنفشه را بمالند، طرز تهیه آن در قسمت ناخن آورده شده است.

۲۰. برای برطرف کردن ناراحتی‌های دستگاه تناسلی خانم‌ها و درد رحم روزی ۳ بار هر بار ۳ گرم برگ درخت بیدمشک را در ۱۰۰ سی‌سی آب جوشانده به مدت یک هفته بنوشند.

۲۱. جهت التیام زخم رحم از تخم خاکشیر به صورت شیاف استفاده نمایند. مقداری خاکشیر را با کمی آب و ژلاتین حل کرده هنگامی

که به صورت ژل درآمد به صورت شیاف داخل رحم بگذارند البته با نظر پزشک باشد.

۲۲. برای رفع ترشحات زنانگی در زمستان از جوشانده خاکشیر و در تابستان از شربت آن بنوشند.

۲۳. جهت درمان قولنج رحم از دمکرده دارچین صبح و عصر بنوشند.

۲٤. جهت رفع ترشحات غیر طبیعی مخاطها ۳ گرم برگ و جوانه درخت داغداغان را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۲۵. برای تسکین درد رحم ۲۰ گرم تخم زبان گنجشک را در ٤۰۰ سی‌سی آب به مدت ۳۰ دقیقه جوشانده سپس صاف نموده هر ٤ ساعت یک فنجان بنوشند.

۲٦. برای درمان ترشحات رحم خانم‌ها ۸ گرم برگ درخت زبان گنجشک را در ۱۵۰ سی‌سی آب جوشانده روزی ۲ فنجان بنوشند.

۲۷. برای درمان ترشحات زنانگی ٥ گرم پودر رازیانه را با کمی نبات کوبیده مخلوط نموده به مدت ۱٤ روز بعد از پاک شدن یک قاشق مرباخوری میل کنند.

۲۸. برای درمان ترشحات سفید و ورم رحم ٥۰ گرم برگ شمعدانی را در یک لیتر آب‌جوش ۲۰ دقیقه دم‌کرده صاف نموده شستشو دهند.

۲۹. کسانی که غده و سرطان رحم دارند یک گرم شمعدانی را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۳۰. جهت افزایش ترشحات عادت ماهانه ۱۰ گرم شیرین بیان را در ۲۵۰ سی‌سی آب سرد ریخته حرارت می‌دهیم هنگامی که جوش آمد ۵ دقیقه جوشانده ۱۲ ساعت بماند صاف نموده طی روز چند نوبت میل کنند، کسانی که بیماری قند و یا فشارخون دارند با احتیاط مصرف کنند.

## قلب

### تپش قلب – تصلب شرایین

۱. کسانی که تصلب شرایین دارند جهت درمان آن بعد از غذا ماست موسیر میل کنند.
۲. برای تقویت روح، قلب و امراض قلبی از اشنه‌ای که بر روی درخت صنوبر روئیده باشد دم‌کرده و میل شود.
۳. برای تقویت قلب ۵ گرم گیاه افلنجه را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان به مدت ۵ روز بنوشند.
٤. جهت تنظیم بی‌نظمی ضربان قلب ۳ گرم اگیر ترکی را در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش ۱۵ دقیقه دم‌کرده بعدازظهرها به مدت یک هفته بنوشند.
۵. برای درمان بیماری‌های قلبی یک گرم عصاره گیاه نبات‌الشیخ را با یک گرم برگ گیاه انگور خرس مخلوط نموده سپس جوشانده میل شود.
٦. برای بیماری‌های قلبی منجمله تپش‌های قلب که منشأ عصبی دارد عدم کفایت آئورت و تقویت‌قلب از گوشت گیاه کاکتوس به

صورت سوپ استفاده کنند، البته باید حتماً تحت نظر پزشک باشد.

۷. زیاده‌روی در خوردن بابونه برای قلب مضر است.

۸. برای درمان تپش بیش از حد قلب ۸ گرم بادآورد را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۱۰ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ فنجان به مدت ۷ روز بنوشند.

۹. برای تقویت قلب یک گرم بادروج را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بعد از غذا بنوشند.

۱۰. برای تنظیم ضربان قلب و تسریع گردش خون به مدت یک هفته روزی یک گرم از گرد انیسون بری بعد از غذا میل شود.

۱۱. نوشیدن جوشانده بارهنگ تقویت کننده قلب است.

۱۲. دمکرده گیاه باکوپا مقوی قلب است.

۱۳. جهت تقویت قلب از شربت بالنگو بنوشند.

۱٤. برای انواع ناراحتی‌های قلبی یک گرم ریشه بخور مریم را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند مفید می‌باشد، البته حتماً باید زیر نظر پزشک باشد.

۱٥. شربت بنفشه برای گرفتگی و تقویت قلب مفید است.

* **طرز تهیه شربت بنفشه:** ۱۰۰ گرم بنفشه تازه را با ٥۰ گرم شکر در یک لیتر آب به مدت ٦ ساعت با حرارت ملایم جوشانده سپس صاف نموده استفاده شود.

۱٦. شربت بیدمشک تقویت کننده قلب است.

۱۷. بوئیدن گل بیدمشک باعث تقویت قلب می‌گردد.

۱۸. مالیدن روغن بیدمشک بر سینه و ناحیه قلب باعث بازشدن عروق آن ناحیه می‌گردد.

۱۹. مصرف زیاد دارچین تپش قلب بوجود می‌آورد کسانی که بیماری قلبی دارند کمتر مصرف کنند.

۲۰. کسانی که تصلب شرایین دارند از مصرف زیاد دارچین خودداری کنند.

۲۱. شاهتره برای بیماران تصلب شرایین مفید می‌باشد ۱۰ صبح و ۵ بعدازظهر نصف استکان عرق شاهتره و نصف استکان عرق کاسنی را مخلوط نموده بنوشند و یا صبح و بعدازظهر به مدت یک هفته در ماه یک گرم پودر گیاه شاهتره را با یک گرم پودر گیاه کاسنی در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۲۲. دمکرده شبدر به مقدار ۳ گرم در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش از آنفاکتوس جلوگیری می‌کند.

۲۳. شبدر به خاطر داشتن کومارین برای بیماری‌های سفتی خون، آمبولی‌ها، تصلب شرایین و نارسایی عروق کرونر مفید می‌باشد.

۲٤. برای تقویت قلب از عرق شکوفه شمشاد بنوشند.

۲۵. کسانی که تصلب شرایین دارند در صورتی که فشارخون آن‌ها بالا نباشد به مدت یک هفته روزی ۳ فنجان از جوشانده شیرین بیان استفاده کنند.

* **طرز تهیه جوشانده شیرین بیان:** ۱۰ گرم شیرین بیان را در ۲۵۰ سی‌سی آب سرد ریخته هنگامی که جوش آمد ۵ دقیقه جوشانده

۹. جهت رفع حرارت کبد ۲ گرم گل تاج‌خروس را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده سپس با کمی سکنجبین مخلوط نموده بنوشند.

۱۰. دمکرده بسفایج برای کبد مفید است.

۱۱. جهت تسکین قولنج کبدی ۵ قطره تنتور بلادون همراه کمی آب میل کنند.

۱۲. جهت درمان بحران‌های کبدی صبح و عصر یک لیوان شربت بیدمشک بنوشند.

۱۳. جهت بازشدن مجاری کبد یک گرم آرد باقلای مصری را در یک لیوان آب‌جوش ۵ دقیقه دم‌کرده هفته‌ای یک روز بنوشند.

۱٤. جهت درمان کولیت کبدی ابتدا قدومه را خیسانده سپس جوشانده میل کنند.

۱۵. مصرف خرفه جهت بیماری هپاتیت کبد مفید می‌باشد.

۱٦. جهت بهبود کار کبد و بازکردن انسداد آن ۳ گرم شاهتره را با ۲ گرم کاسنی در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۱۷. دمکرده شاهتره همراه کاسنی از هر کدام یک گرم در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش تقویت کننده کبد است.

۱۸. دمکرده شبدر به مقدار ۲ گرم در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۱۹. برای ناراحتی‌های کبد ۳ گرم از برگ شمشاد را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۲۰. کسانی که بحران‌های کبدی دارند منجمله صفرا و سیروز کبدی نباید از گیاه شیرین‌بیان استفاده کنند.

۱۲ ساعت بماند صاف نموده به مدت یک هفته تا شب چند نوبت میل شود.

## کبد

۱. برای تقویت و درمان ورم کبد ۵ گرم برگ درخت گز را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.
۲. جهت درمان اختلالات کبد ٦ گرم ریشه گیاه اشیرانت را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۱۰ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.
۳. نوشیدن دمکرده گیاه افلنجه باعث تقویت کبد می‌شود.
٤. جهت بازشدن انسداد مجاری کبد ٥ – ٤ گرم گیاه اکلیپتا را در ۳۰۰ سی‌سی آب‌جوش ٥ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.
٥. جهت درمان اختلالات کبدی از میوه رسیده گیاه بابارتو استفاده شود، به خاطر داشته باشید خوردن میوه این گیاه ضعف قلب می‌آورد.
٦. جهت بازکردن انسداد کبد ۳ گرم انیسون را با یک گرم شیرین بیان در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۲۰ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.
۷. برای پاک کردن کبد یک گرم از ریشه گیاه بخور مریم را با سکنجبین مخلوط نموده بنوشند.
۸. جهت درمان امراض کبد میوه درخت برگ بو را با عسل مخلوط کرده میل شود و جهت درد کبد روغن حب‌الغار را با کمی سرکه انگور رقیق شده میل شود.

# کلسترول

## اسید اوریک – چربی خون

۱. دمکرده بادآورد جهت دفع اسید اوریک مفید می‌باشد ٤ گرم در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دمکرده به مدت یک هفته روزی ۲ بار صبح و عصر میل شود.

۲. جهت کم کردن اسید اوریک بعد از غذا کمی انیسون جویده شود.

۳. کسانی که کلسترول آن‌ها بیش از حد بالاست به مدت یک هفته در ماه روزی ۳ بار هر بار ۲ گرم ساقه بیدگیاه را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دمکرده بنوشند.

٤. برای حل کردن اسید اوریک به مدت یک هفته روزی ۲ بار هر بار ۳ گرم گل پامچال را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دمکرده بنوشند.

٥. برای دفع اسید اوریک یک گرم هاگ گیاه پای گرگ را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دمکرده بنوشند.

٦. کسانی که اسید اوریک آن‌ها زیاد می‌باشد از برگ و ساقه خرفه به صورت خام استفاده کنند.

۷. برای دفع اسید اوریک بدن ۱۰ گرم برگ درخت زبان گنجشک را در ۲۵۰ سی‌سی آب جوشانده یک ساعت دمکرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

# کلیه

## سنگ کلیه – ورم کلیه

۱. جهت درمان اختلالات کلیه ٦ گرم ریشه گیاه اشیرانت را در ۳۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۱۰ دقیقه دم‌کرده روزی ٤ فنجان بنوشند.

۲. برای خردکردن سنگ کلیه و ناراحتی‌های کلیه ۱۰ گرم گیاه نبات‌الشیخ را در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۳. جهت دفع سنگ کلیه ۲۰ گرم برگ خشک درخت نارون را در یک لیتر آب‌جوش ۱۰ دقیقه دم‌کرده روزی ٤ لیوان بنوشند.

٤. جهت دفع سنگ کلیه ٥ گرم بابونه را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش ٥ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

٥. ضدعفونی کننده کلیه می‌باشد ٤ گرم بادآورد را در یک لیوان آب‌جوش ۱۰ دقیقه دم‌کرده قبل از غذا بنوشند.

٦. جهت دفع سنگ کلیه و بازکردن انسداد آن ۳ گرم انیسون با یک گرم شیرین بیان را در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش به مدت ۲۰ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۷. برای درمان کم کاری کلیه که در دوران یائسگی بوجود می‌آید ۲۵ گرم ریشه بارهنگ، ۱۵ گرم جین سینگ و ٥۰ گرم نبات را خوب ساییده روزی یک قاشق مرباخوری میل شود.

۸. جهت دفع سنگ کلیه عصاره گیاه باروسما را میل کنند.

۹. جهت خردکردن سنگ کلیه صمغ گیاه باریجه را با عسل مخلوط نموده همراه آب بنوشند.

۱۰. دمکرده ریشه گیاه باکوپا مقوی معده است.

۱۱. جهت دفع سنگ کلیه ۲۰ گرم برنجاسف را در یک لیتر آب‌جوش ۲۰ دقیقه دم‌کرده هر ٤ ساعت یک لیوان به مدت ۳ روز بنوشند همراه آن از انیسون نیز استفاده شود.

۱۲. برای درمان ورم کلیه ۲ گرم بسفایج را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده ۱۰ صبح و ٥ عصر بنوشند.

۱۳. جهت درمان عفونت کلیه یک گرم بسفایج رادر ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده ۳ بار در روز به مدت یک هفته بنوشند.

۱٤. جهت تسکین قولنج کلیوی ٥ قطره تنتور بلادون همراه کمی آب میل کنند.

۱٥. جهت ورم و دفع سنگ کلیه ۱٥ – ۱۰ گرم بوقناق صحرایی را در یک لیتر آب جوشانده روزی ٤ لیوان بنوشند.

۱٦. جهت دفع سنگ کلیه ۲۰ گرم ریشه گل پامچال را در ٥۰۰ سی‌سی آب سرد ریخته ۲۰ دقیقه خیسانده سپس با حرارت ملایم می‌گذاریم تا جوش آید ٥ دقیقه جوشانده ۱۰ دقیقه دم‌کرده هر ۲ ساعت یک فنجان بنوشند.

۱۷. جهت درمان ورم کلیه روزی ۲ بار هر بار ۳۰ قطره تنتور لیکوپود همراه کمی آب بنوشند.

* لیکوپود گردی است که از گیاه پای گرگ گرفته می‌شود.

۱۸. برای خردکردن سنگ کلیه آویشن را جوشانده سپس به صورت ضماد در ناحیه درد بگذارند.

۱۹. جهت درمان عفونت کلیه ۱۵ گرم آویشن را در یک لیتر آب‌جوش ۲۰ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ لیوان بنوشند.

۲۰. برای درمان ورم کلیه کاکل ذرت، پرسیاوشان و ریشه ایرسـا از هر کدام ۵ گرم را در یک لیتر آب جوشانده صبح ناشتا یک لیـوان میل شود سپس هر ۵ ساعت یک لیوان دیگر میل شود.

۲۱. جهـت درمـان کولیـت کلیـوی ابتـدا قدومـه را خیـسانده سـپس جوشانده میل کنند.

۲۲. جهت دفع شن کلیه ۲ گرم قدومه رادر یک سوم استکان گلاب بـه مدت ۱۲ ساعت خیسانده سپس صـبح ناشـتا بـا ۲ لیـوان شـربت سکنجبین مخلوط نموده میل شود.

۲۳. بـرای رفـع التهـاب کلیـه در تابـستان از شـربت و زمـستان از جوشانده خاکشیر استفاده کنند.

۲٤. کسانی که سنگ کلیه دارند از خرفه مانند سبزی خـوردن همـراه غذا استفاده کنند.

۲۵. برای درمان ورم کلیه ٥ گـرم بـرگ خطمـی را در ۲۰۰ سـی‌سـی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۲٦. جهت دفع سنگ ریزه‌های کلیه ٤٠ گرم برگ درخت زبان گنجشک را در یک لیتر آب جوشانده ۳ ساعت دم‌کرده سپس صـاف نمـوده هر ٤ ساعت یک فنجان بنوشند.

۲۷. جهت تسکین درد کلیه یک قاشـق مربـاخوری رازیانـه را در یـک لیوان آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۲۸. برای دفع سنگ کلیه ۲۰ قطره از عصاره گیاه زلـف پیررسـمی را همراه یک لیوان آب بنوشند با نظر پزشک مصرف گردد.

۲۹. برای بیماری‌های کلیه یک لیتر عرق کاسنی و یک لیتر عرق شاهتره را مخلوط نموده صبح و عصر یک استکان بنوشند و یا ۱۵ گرم گیاه کاسنی را با ۱۵ گرم شاهتره مخلوط نموده صبح و عصر هر بار یک قاشق چایخوری در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند بمدت ۸ روز سپس بعد از ۱۰ روز مجدداً ۸ روز دیگر استفاده شود.

۳۰. برای رفع التهاب کلیه روزی ۳بار هر بار ۲ گرم شبدر زرد را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده به مدت یک هفته بنوشند.

۳۱. برای حل شدن سنگ کلیه ۳ گرم شمعدانی وحشی با نام علمی Geronium rovertanuml را در ۳۰۰ سی‌سی آب خیس نموده سپس صاف نموده طی روز بنوشند.

## کم خونی

۱. برای رفع کم‌خونی ٦ گرم برگ و ریشه گیاه اشیرانت را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۲. جهت تصفیه خون نیم گرم برگ شمشاد را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش ۵ دقیقه دم‌کرده پس از سردشدن با عسل مخلوط نموده بنوشند.

۳. برای درمان کم خونی ۳ گرم گیاه اکلیپتا را در ۳۰۰ سی‌سی آب‌جوش به مدت ۵ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

٤. جهت تصفیه خون از دمکرده ریشه این گیاه روزی ۳ فنجان بنوشند.

۵. جهت تسریع جریان و گردش خون با جوشانده اگیر ترکی در حمام بدن را ماساژ دهند.

٦. جهت تصفیه خون ۸ گرم گیاه نبات الشیخ را در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۷. گل انار شیطان تصفیه کننده خون می‌باشد ۵ گرم در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده به مدت ۳ روز، روزی ۳ فنجان بنوشند.

۸. جهت درمان کم خونی ۲ گرم بابونه گاوی را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده صاف نموده بنوشند.

۹. برای تصفیه خون ۵ گرم بادآورد را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۱۰ دقیقه دم‌کرده قبل از غذا یک فنجان بنوشند.

۱۰. جهت تصفیه خون یک گرم بادیان کوهی را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۱۰ دقیقه دم‌کرده بعد از غذا بنوشند.

۱۱. جهت درمان کم‌خونی بارهنگ را جوشانده پس از سردشدن با عسل مخلوط نموده ۱۰ صبح و ۵ عصر یک فنجان بنوشند و یا ۵ گرم برگ پهن بارهنگ را در آب سرد ریخته ۱۰ دقیقه بجوشد سپس ۲۰ دقیقه دم‌کرده صاف نموده پس از سردشدن با عسل شیرین کنند روزی ۵ – ۳ فنجان بنوشند.

۱۲. جهت تصفیه خون ۳ گرم بالوطی را با یک گرم نعناع در ۳۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده صاف نموده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۱۳. برای معالجه عفونت‌های خون میوه نارس درخت بان را جوشانده روزی ۲ فنجان بنوشند.

۱٤. دمکرده برگ عطر تنظیم کننده گردش خون است.

۱۵. جهت کم خونی ۳۰ گرم برنجاسف، ۵ گرم پوست لیموترش و ۳ گرم دارچین را با ۱/۵ لیتر الکل طبی ٤۰ درجه خوراکی در یک شیشه تیره رنگ ریخته و در آن را محکم بسته به مدت ۲۱ – ١٤ روز در آفتاب گرم تابستان گذاشته هر روز شیشه را تکان دهند سپس صاف نموده روزی ۱۰ – ۵ قطره در کمی آب‌جوش ریخته روزی ۳ بار میل کنند.

۱٦. جهت تصفیه خون و اختلالات خونی ۲ گرم تخم گیاه تاج خروس را در ۱۵۰ سی‌سی دم‌کرده بنوشند.

۱۷. برای تصفیه خون ۲ گرم بسفایج را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۱۸. کسانی که کم خون هستند روزی یک عدد بلوط به مدت ۲۰ روز میل کنند.

۱۹. جهت تصفیه خون ۲ گرم بنفشه سه رنگ را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده به مدت یک هفته بنوشند.

۲۰. برای تصفیه خون به مدت یک هفته صبح و بعدازظهر نصف استکان عرق بید بنوشند.

۲۱. دمکرده ساقه زیرزمینی بیدگیاه تصفیه کننده خون می‌باشد ۲ گرم در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۲۲. شربت خاکشیر تصفیه کننده خون می‌باشد و در زمستان از جوشانده آن استفاده می‌شود.

۲۳. نوشیدن دارچین باعث تحریک گردش خون می‌گردد.

۲٤. برای درمان مشکلات درجه خون که باعث دردهای انقباضی در پا، دستها و امکان بروز سرمازدگی در هوای سرد را افزایش

می‌دهد و پاها اغلب سرد است از دمکرده دارچین استفاده کنند. (اگر سیگار مصرف می‌کنند به کلی کنار بگذارند)

۲۵. دمکرده دارچین برای افراد کم خون مناسب می‌باشد هر بعدازظهر یک گرم دارچین را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۲٦. جهت درمان کم خونی دختران جوان ٦ گرم برگ درخت زبان گنجشک را در ۱۵۰ سی‌سی آب جوشانده نیم ساعت دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۲۷. برای تصفیه خون ٦ گرم برگ درخت زبان گنجشک را در ۱۵۰ سی‌سی آب جوشانده یک ساعت دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۲۸. برای تصفیه خون صبح و بعدازظهر نصف استکان عرق شاهتره و نصف استکان عرق کاسنی را بنوشند و یا ۲۰ گرم گیاه خشک شاهتره را با ۲۰ گرم گیاه خشک کاسنی مخلوط کرده به مدت ۸ روز، روزی ۲ گرم در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۲۹. برای تصفیه خون ۲ گرم شبدر خشک را در ۱۰۰ سی‌سی آب جوشانده صاف نموده میل شود.

۳۰. دمکرده شبدر فساد خون را درمان می‌کند.

۳۱. برای تصفیه خون ۳ گرم گل‌های شبدر قرمز را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

## کمبود ویتامین ث

۱. کسانی که کمبود ویتامین ث دارند از دمکرده ریشه بخوارالاکراد بنوشند.
۲. دمکرده برگ درخت بان کمبود ویتامین ث را جبران می‌کند ۳ گرم در ۳۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.
۳. دمکرده تخم تاج خروس برطرف کننده کمبود ویتامین ث می‌باشد ۲ گرم در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده پس از صاف کردن بنوشند.
٤. شاهتره برطرف کننده کمبود ویتامین ث می‌باشد، در فصل بهار یک لیتر عرق شاهتره را با یک لیتر عرق کاسنی مخلوط نموده صبح و عصر یک استکان بنوشند.

## گرفتگی صدا

۱. نوشیدن دمکرده بنفشه برای هنرمندانی که خواننده هستند مفید می‌باشد و باعث حفظ صدای آن‌ها می‌گردد ۲ گرم در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.
۲. جهت بازشدن صدا ٤ گرم تودری را در ۳۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده سپس با کمی نبات شیرین نموده طی روز جرعه‌جرعه بنوشند.
۳. یک شربت جهت بازشدن صدا مخصوصاً خوانندگان محترم:

* ۳ گرم گل تودری و ۲ گرم شیرین بیان را در یک لیتر آب جوشانده تا دو سوم آن بخار شود سپس با ۲۰۰ گرم عسل و ۲۵۰ گرم شکرسرخ مخلوط نموده با حرارات غیر مستقیم (بن‌ماری) آن را گرم نموده تا غلیظ شود سپس روزی ۲ — ۱ قاشق مرباخوری از این شربت میل کنند.

٤. برای بازشدن گرفتگی صدا یک قاشق غذاخوری خاکشیر را در ۲۰۰ سی‌سی آب سرد با کمی نبات جوشانده ۱۰ دقیقه دم‌کرده جرعه‌جرعه بنوشند.

٥. جهت بازشدن صدا ٥ گرم خطمی خبازی را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده جرعه‌جرعه بنوشند.

٦. برای درمان گرفتگی صدا و حنجره ۱۰ گرم شیرین بیان را در ۲۵۰ سی‌سی آب سرد ریخته حرارت می‌دهیم تا به جوش آید ٥ دقیقه جوشانده ۱۲ ساعت بماند سپس صاف نموده تا شب چند نوبت به مدت یک هفته بنوشند کسانی که فشارخون آن‌ها بالاست با احتیاط مصرف کنند، برای بیماران دیابتی ممنوع می‌باشد.

## گرمازدگی

### عطش

۱. شربت خاکشیر برطرف کننده گرمازدگی و عطش می‌باشد.

۲. برای رفع عطش خرفه را با گل گاوزبان یا کاهو میل کنند.

## گواتر

۱. کسانی که گواتر دارند روزی ۳ گرم پوست بلوط را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده هر ماه ۱۴ — ۷ روز بنوشند.
۲. کسانی که پرکاری تیروئید دارند هر ماه به مدت یک هفته روزی ۲ گرم گل بنفشه را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش به مدت ۵ دقیقه دم‌کرده با کمی عسل شیرین نموده بنوشند.
۳. کسانی که بیماری گواتر دارند از خوردن قدومه خودداری کنند.
۴. از خرفه به عنوان سبزی خوردن استفاده کنند.

## گوارش

۱. جهت ناراحتی‌های گوارش ۳ گرم بالوطی را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.
۲. تنتور لیکوپود (هاگ گیاه پای گرگ) بادشکن است.
۳. دمکرده شمعدانی ضد اسپاسم است یک گرم در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.
۴. دمکرده بسفایج به مقدار ۲ گرم در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش ضد نفخ می‌باشد بعد از غذا بنوشند.
۵. جهت تسکین دل درد ۳ گرم از برگ و پوست درخت بداغ جنگلی را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.
۶. جهت رفع دل پیچه میوه درخت برگ بو را به مقدار ۱۰ گرم ساییده میل کنند.

۷. اگر دل بهم خوردگی به خاطر سردرد باشد ۳ گرم گل پامچال را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.
۸. دمکرده ریشه گیاه باکوپا ضد اسپاسم می‌باشد.
۹. جهت درمان سکسکه بعد از غذا کمی انیسون جویده شود، سکسکه برای کودکان مفید است مانع آن نشوید.
۱۰. کودکان شیرخواری که دل درد می‌شوند مادر آن‌ها از دمکرده انیسون بنوشند.
۱۱. بادیان رومی ضد نفخ و بادشکن می‌باشد بعد از غذا کمی از آن جویده و میل شود.
۱۲. کودکان شیرخواری که دل‌پیچه و حالت تشنجی دارند مادران کودک ۳ گرم بابونه را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.
۱۳. جهت تسکین درد دل ۲ گرم بابونه را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده با نبات شیرین نموده میل کنند.
۱٤. جهت درمان نفخ از دمکرده اگیر ترکی بنوشند.
۱۵. جهت دل به هم خوردگی و آشفتگی معده ۳ گرم گل پامچال را با چند دانه هل کوبیده در آب خیسانده بعد از یک ساعت صاف نموده بنوشند.
۱٦. برای درمان قولنج (که در اثر یبوست طولانی در روده‌ها یا ماندن غذای فاسد و سموم دفع نشده بدن بوجود می‌آید) ۲۰ گرم رازیانه را در یک لیتر آب‌جوش ۲۰ دقیقه دم‌کرده بعد از هر غذا یک فنجان بنوشند.

۱۷. برای تسکین دل درد نوزادان و از بین بردن نفخ آن مادر کودک کمی رازیانه را بعد از غذا در دهان خود نگاه داشته و آهسته آهسته آبی که در دهان جمع می‌شود فرو برد.
۱۸. میوه داغداغان تسکین دهنده دل درد است.
۱۹. برای تسکین دل درد ۲ گرم بسفایج رادر ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.
۲۰. برای درمان دل‌دردهای کهنه ۲ گرم بسفایج را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بعد از هر غذا بنوشند.
۲۱. جهت درمان قولنج‌هایی که ناشی از مصرف سرب می‌باشد روزی ۲ بار هر بار ۳ قطره از تنتور بلادون میل کنند.

## استفراغ

۱. برای متوقف ساختن استفراغ هر ٦ ساعت نصف استکان عرق شاهتره بنوشند.

## اسهال

۱. جهت درمان اسهال از اشنه‌ای که بر روی درخت بلوط روییده باشد استفاده کنند حدود ۲ – ۱ گرم در آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.
۲. جهت بندآوردن اسهال ٦ گرم پوست درخت نارون را در ۲۵۰ سی‌سی آب جوشانده روزی ۳ فنجان بنوشند.
۳. جهت درمان اسهال خونی میوه نارس گیاه بابارتو را خشک نموده پودر کرده به صورت جوشانده میل شود به خاطر داشته باشید که خوردن میوه گیاه بابارتو ضعف قلب بوجود می‌آورد.

٤. برای درمان اسهال ۱۰ گرم گیاه بادآورد را در ۲۰۰ سی‌سی آب جوشانده سپس دمکرده قبل از غذا میل شود.
٥. جهت بندآوردن اسهال و اسهال خونی میوه بارانک را جوشانده میل کنند.
٦. برای درمان اسهال خونی ابتدا عدس را پخته سپس برگ بارهنگ در صورت نبودن خود بارهنگ را با کمی سرکه و نمک به آن اضافه نموده میل کنند.
٧. برای معالجه اسهال کودکان ابتدا بارهنگ را تفت داده سپس جوشانده آب آن را به کودک بدهند.
٨. جهت درمان دل پیچه و اسهالی کمی بالنگو را با کمی نبات ساییده شده مخلوط نموده با می آب بنوشند.
٩. جهت درمان اسهال‌های دموی ۲۰ گرم بالنگو را در ۵۰۰ سی‌سی آب جوشانده سپس ۵ دقیقه دمکرده روزی ۲ فنجان بنوشند.
١٠. جهت درمان اسهال و اسهال‌های خونی یک گرم برگ عطر را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دمکرده بنوشند.
١١. جهت درمان اسهال ۳ گرم برنجاسف را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دمکرده روزی ۳ فنجان بنوشند.
١٢. بسباسه ضد اسهال است ۲ گرم در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۱۰ دقیقه دمکرده بنوشند.
١٣. جهت بندآمدن اسهال پوست میوه بلادر را جوشانده و یا قسمت کاسبرگ میوه بلادر را جوشانده میل شود.
١٤. جهت بندآمدن اسهال‌های مزمن میوه بلوط را خوب جویده و میل کنند.

۱۵. برای بندآوردن اسهال بلیله را سرخ کرده میل شود.

۱٦. نوشیدن عرق بیدمشک همراه با فالوده برای کسانی که اسهال شده‌اند مفید می‌باشد.

۱۷. جهت رفع اسهال کودکان ابتدا خاکشیر را با حرارت ملایم بو داده سپس آب و شکر به آن اضافه نموده بگذارند بجوشد پس از سردشدن یک قاشق چایخوری به کودک بدهند.

۱۸. برای قطع اسهال خرفه را بریان نموده میل کنند.

۱۹. برای درمان اسهال بلغمی ۱۰ گرم ریشه خطمی و ۱۰ گرم بارهنگ را در یک لیتر آب جوشانده هر ۸ ساعت یک لیوان بنوشند.

۲۰. برای رفع اسهال‌های بلغمی ریشه خطمی و بارهنگ را به طور مساوی جوشانده میل کنند.

۲۱. برای درمان اسهال‌هایی که در اثر سوءهاضمه بوجود آمده است از دمکرده دارچین بنوشند.

۲۲. برای رفع اسهال‌های ساده برگ و جوانه درخت داغداغان ۳ گرم در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دمکرده بنوشند.

## بی‌اشتهایی – کم‌اشتهایی

۱. جهت درمان کم اشتهایی کودکان ۲ گرم اگیر ترکی را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دمکرده ۱۰ صبح و ۵ عصر بنوشند.

۲. جهت کم‌شدن یا زیادشدن اشتها ۵ گرم بابونه را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۵ دقیقه دمکرده بعد از غذا یک فنجان بنوشند.

۳. بلیله مقوی و اشتهاآور است یک ساعت قبل از غذا یک گرم بلیله با کمی عسل میل شود نباید بیش از یک هفته مصرف گردد.
٤. جهت درمان کم اشتهایی صبح و عصر یک لیوان شربت بیدمشک بنوشند.
٥. تودری اشتهاآور می‌باشد ۳ گرم در ۳۰۰ سی‌سی آب‌جوش نیم ساعت دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.
٦. مصرف زیاد خطمی برای معده مفید نمی‌باشد و باعث بی‌اشتهایی می‌گردد.
۷. برای رفع کم اشتهایی یک ساعت قبل از غذا یک گرم شاهتره و یک گرم کاسنی را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.
۸. دمکرده پوست درخت الستونیه اشتهاآور می‌باشد.

## تقویت معده – نفخ و باد معده و روده – ورم معده و روده

۱. جهت تسکین درد معده موسیر را با عسل مخلوط نموده به صورت ضماد بگذارند.
۲. جهت تقویت معده ۳ گرم اشنه را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.
۳. خوردن دمکرده افلنجه باعث تقویت معده می‌شود و بادشکن است به مدت ٥ روز میل شود.
٤. جهت تقویت معده ۲گرم اگیر ترکی را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده صاف نموده بعد از هر غذا یک فنجان بنوشند.

۵. برای تقویت معده ۲ – ۱ گرم برگ گیاه الاملیک را در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند، این گیاه سمی است با احتیاط مصرف شود.

٦. جهت تقویت معده پوست درخت نارون را جوشانده میل شود.

۷. جهت تقویت معده یک گرم بابونه را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده نیم ساعت بعد از غذا بنوشند.

۸. برای تقویت معده و هضم غذا ٤ گرم بادآورد را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۱۰ دقیقه دم‌کرده بعد از غذا بنوشند.

۹. جهت تقویت معده بعد از غذا کمی بادیان جویده شود.

۱۰. برای تقویت معده بعد از غذا ۲ گرم پودر انیسون بری میل شود.

۱۱. جهت تقویت معده ۳ گرم بادیان کوهی را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش ۲۰ دقیقه دم‌کرده بعد از غذا یک فنجان بنوشند.

۱۲. جهت تقویت معده ۳ گرم بالوطی را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۱۳. جهت تقویت معده یک گرم برگ عطر را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

١٤. بسباسه مقوی معده و به هضم غذا کمک می‌کند، ۲ گرم در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بعد از غذا یک فنجان بنوشند.

۱۵. برای تقویت معده بعد از غذا یک قاشق مرباخوری رازیانه را در یک لیوان آب‌جوش دم‌کرده بنوشند و یا یک قاشق چایخوری سرخالی رازیانه را بعد از غذا بجوند.

١٦. برای تقویت معده یک ساعت بعد از غذا از میوه داغداغان استفاده شود.

۱۷. دمکرده برگ یا ریشه بگونیا باعث تقویت معده می‌گردد.

۱۸. برای التیام زخم روده و رفع ناراحتی‌های معده صبح و عصر هر بار یک عدد بلوط را خوب جویده به مدت ١٤ روز میل کنند.

۱۹. برای برطرف کردن سنگینی معده و هضم غذا ۱۰ گرم شیرین بیان را در ۲۵۰ سی‌سی آب سرد ریخته تا جوش آید ۵ دقیقه جوشانده ۱۲ ساعت بگذارند بماند سپس صاف نموده تا شب بنوشند.

۲۰. برای رفع رطوبت معده و روده چند دانه از تخم شمشاد میل‌کنند.

۲۱. برای درمان اختلالات معده یک قاشق غذاخوری از گیاه خشک و خردشده شبدر باتلاقی یا آبی را در ۲۰۰ سی‌سی آب سرد ریخته با حرارت ملایم به جوش آید سپس روزی ۳ فنجان بنوشند. این نوشیدنی برای بی‌اشتهایی و ضعف دستگاه گوارش نیز مفید می‌باشد.

۲۲. برای درمان نفخ معده و سوءهاضمه زنیان، رازیانه، زیره سبز و زیره سیاه از هر کدام ۲۵ گرم را با ۵۰ گرم نبات ساییده بعد از غذا یک قاشق چایخوری میل کنند.

۲۳. برای رفع التهاب معده بعد از غذا کمی رازیانه جویده و میل‌شود.

۲٤. برای رفع رطوبت و سردی معده ٦ گرم دانه زبان گنجشک را با یک گرم دارچین در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بعد از هر غذا یک فنجان بنشوند.

۲۵. برای درمان نفخ معده ۲ گرم زنجبیل و ۲ گرم دارچین را دم‌کرده بعد از غذا بنوشند.

۲٦. برای درمان ترشی معده نیم ساعت بعد از غذا کمی خرفه را جویده و میل کنند.

۲۷. جهت درمان ناراحتی‌های معده یک قاشق خاکشیر را با مقداری نبات در ۲۰۰ سی‌سی آب جوشانده جرعه‌جرعه بنوشند.

۲۸. جهت نرم کردن معده قبل از غذا از سوپ چاودار استفاده شود.

۲۹. سوپ چاودار نرم کننده معده می‌باشد.

۳۰. برای تسکین دردهای معده بعد از غذا ۳ قطره تنتور بلادون همراه کمی آب میل کنند.

۳۱. برای رفع رطوبات منجمد در معده بسفایج و هل باد از هرکدام ۵ گرم را در ۲۰۰ سی‌سی آب جوشانده صبح بنوشند.

۳۲. برای درمان سردی و درد معده ۲ گرم سنبل‌الطیب و ۲ گرم بسفایج را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بعد از هر غذا یک فنجان بنوشند.

۳۳. برای قطع خونریزی از روده ۲ گرم گل و دانه گیاه تاج‌خروس را در ۱۵۰ سی‌سی آب دم‌کرده بنوشند.

۳٤. جهت رفع حرارت معده ۲ گرم گل تاج خروس را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده سپس با کمی سکنجبین بنوشند.

۳۵. جهت تسکین درد معده یک قاشق مرباخوری بارهنگ را با یک لیوان آب سرد جوشانده پس از سردشدن با یک قاشق غذاخوری عسل مخلوط نموده جرعه‌جرعه بنوشند و یا ۵ گرم برگ پهن بارهنگ را با یک لیوان آب سرد ۱۰ دقیقه جوشانده ۲۰ دقیقه دم‌کرده پس از سردشدن صاف نموده با عسل شیرین نموده روزی ۵ - ۳ لیوان بنوشند.

۳۶. جهت درمان ورم معده یک گرم گل بابونه را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده نیم ساعت بعد از غذا بنوشند.
۳۷. برای جلوگیری از خونریزی معده میوه و پوست درخت نارون را جوشانده روزی ۳ فنجان بنوشند.
۳۸. جهت ورم معده قبل از غذا یک قاشق روغن درمنه ترکی میل‌کنند.

* **طرز تهیه روغن درمنه ترکی:** ۵۰ گرم گرد غنچه این گیاه را با ۵۰۰ سی‌سی روغن زیتون مخلوط نموده به مدت ۱۴ روز در آفتاب تابستان و یا این که به مدت ٦ ساعت حرارت غیر مستقیم (بن‌ماری) داده سپس صاف نموده استفاده کنند.

**زخم معده**

۱. برای درمان زخم معده روزی ۲ گرم شیرین بیان را با عسل مخلوط نموده میل نمایند کسانی که بیماری قند دارند یا فشارخون آن‌ها بالاست و بحران‌های کبدی دارند از خوردن شیرین بیان خودداری کنند.
۲. برای درمان زخم معده ۳ گرم شیرین بیان را در ۱۵۰ سی‌سی آب جوشانده سپس دم کرده ۱۲ ساعت بماند صاف نموده روزی ۳ فنجان بنوشند، کسانی که فشارخون دارند از خوردن این نوشیدنی خودداری کنند.
۳. برای التیام زخم معده ۵ گرم گل بنفشه را در یک لیوان آب‌جوش خیس نموده پس از سردشدن صاف نموده آهسته میل کنند.
٤. دمکرده شمعدانی به مقدار یک گرم در ۱۵۰ سی‌سی برای ورم و زخم معده مفید می‌باشد.

۵. مصرف زیاد دارچین برای زخم معده مضر است.
٦. افراد سردمزاجی که زخم معده دارند از خوردن خرفه خودداری‌کنند.
۷. جهت درمان زخم‌های دستگاه گوارش یک گرم بابونه را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده نیم ساعت بعد از غذا بنوشند.

## سوءهاضمه

۱. جهت درمان سوءهاضمه ٤ گرم اگیر ترکی را در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده نیم ساعت بعد از غذا یک فنجان بنوشند.
۲. جهت تقویت دستگاه هاضمه و بازشدن اشتها یک قاشق مرباخوری برنجاسف را با یک لیوان آب‌جوش به مدت ۵ دقیقه دم‌کرده بعد از هر غذا یک فنجان به مدت ۷ روز بنوشند.
۳. خوردن میوه رسیده گیاه بابارتو باعث تقویت هاضمه می‌گردد با احتیاط مصرف شود زیرا میوه این گیاه باعث ضعف قلب می‌گردد.
٤. جهت هضم غذا یک گرم گیاه بادروج را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بعد از غذا میل شود این دمکرده اشتهاآور است و بوی بد معده را از بین می‌برد.
۵. جهت هضم غذا میوه نارس بان را جوشانده قبل از غذا یک فنجان بنوشند.
٦. برای درمان سوءهاضمه یک گرم بسفایج را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۷. برای دل دردی که در اثر سوءهاضمه باشد ۱۰ گرم شیرین بیان را در ۲۵۰ سی‌سی آب سرد ریخته تا جوش آید ۵ دقیقه جوشانده ۱۲ ساعت بگذارند بماند سپس صاف نموده تا شب بنوشند.

## کرم روده و معده

۱. جهت دفع کرم روده و معده از موسیر همراه غذا استفاده شود.
۲. برای اخراج کرم معده ۲ – ۱ گرم پودر جوز ارقم را با دمکرده گیاه حَسَک به مدت ۳ روز بنوشند.
۳. گیاه اکلیپتا کرم کش است ۵ گرم در ۳۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان به مدت ۷ روز بنوشند.
٤. برای درمان زخم روده و ورم آن ٤ گرم اگیر ترکی را در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش ۱۵ دقیقه دم‌کرده بعد از غذا یک فنجان بنوشند.
۵. دمکرده پوست درخت الستونیه ضد کرم است.
٦. برای دفع کرم مقدار کمی از شیرابه انجیر چسب همراه آب بنوشند و در آن روز از سوپ به عنوان غذا استفاده کنند.
۷. جهت دفع کرم ۵ گرم بابونه را در ۲۰۰ گرم آب ۵ دقیقه جوشانده ۵ دقیقه دم‌کرده صبح و شب قبل از غذا یک چهارم استکان بنوشند.
۸. جهت دفع کرمک که باعث بی‌خوابی کودکان می‌گردد ۱۰ گرم بابونه را در ۲۰۰ سی‌سی آب جوشانده سپس کمی پنبه را به آن آغشته کرده مانند شیاف داخل مقعد بگذارند.

۹. برای درمان ورم روده ۱۰ گرم بابونه را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بعد از غذا به مدت یک هفته بنوشند.

۱۰. بادآورد ۱۰ گرم در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده قبل از غذا یک فنجان بنوشند ضد انگل روده می‌باشد.

۱۱. خوردن کمی بادروج همراه غذا دفع کننده کرم است.

۱۲. برای دفع کرم به مدت ۳ روز، روزی ۲ گرم انیسون بری قبل از صبحانه میل شود.

۱۳. جهت دفع کرم معده ۲ گرم انیسون را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده قبل از غذا یک فنجان میل کنند.

۱٤. جهت دفع کرم دانه باقلای سنت اینیاس استفاده کرد. این گیاه سمی است با نظر پزشک مصرف گردد و کسانی که فشارخون آن‌ها بالاست از خوردن این گیاه خودداری کنند.

۱۵. برای دفع کرم و کرمک ۳ گرم گیاه بالوطی را در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده آخر شب و صبح ناشتا یک فنجان بنوشند.

۱٦. جهت دفع کرم از دمکرده برگ‌های گیاه بتشک به مقدار ۳ گرم در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده آخر شب بنوشند.

۱۷. جهت درمان دفع کرم روده و معده ۲ گرم ریشه بخور مریم را با کمی دارچین مخلوط نموده میل کنند.

۱۸. برای دفع کرم ۳ گرم برنجاسف را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۲۰ دقیقه دم‌کرده صبح، ظهر و شب قبل از غذا یک فنجان به مدت ۳ روز بنوشند.

۱۹. برای کشتن اقسام کرم‌های معده ۲۰ گرم گل زرد برنجاسف را آسیاب نموده با ۲۰۰ گرم عسل مخلوط نموده ۱۰ صبح و ۵ عصر یک قاشق مرباخوری میل کنند.

۲۰. برای دفع کرم و کرم کدو ۱۲ گرم برنگ کابلی را همراه شیر شب میل کنند و غذای مسهل نیز میل کنند. اگر همراه کتیرا خورده شود بهتر است زیرا برنگ کامیلی برای روده مضر است.

۲۱. برای دفع انگل ۲ گرم بسفایج را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده آخر شب بنوشند و ۲ گرم در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده صبح ناشتا میل کنند.

۲۲. جهت دفع کرم ۱۰ گرم ریشه پامچال را در ۵۰۰ سی‌سی آب جوشانده ۵ قسمت نموده هر ۳ ساعت یک قسمت آن را بنوشند.

۲۳. جهت رفع کرم روده و معده آرد دانه ترمس (باقلای مصری) را با آب و عسل مخلوط نموده به صورت ضماد زیر ناف بگذارند. این گیاه سمی است با احتیاط مصرف شود.

۲٤. جهت دفع کرم یک قاشق خاکشیر را با یک لیوان آب همراه کمی نبات جوشانده صبح ناشتا به مدت یک هفته بنوشند.

۲۵. برای دفع کرم کدو قبل از غذا حدود ۳۰ - ۲۰ گرم خرفه و یا از دمکرده تخم خرفه بنوشند.

۲٦. برای درمان ورم روده ۲۰ گرم ریشه خطمی خرد شده را در یک لیتر آب ریخته ٤۸ ساعت بماند سپس یک کیلو شکر به آن اضافه نموده با حرارت ملایم جوشانده تا به صورت شربت درآید صاف نموده هر صبح یک قاشق سوپخوری میل شود.

۲۷. جهت از بین رفتن کرم روده و معده به مدت ۷ روز صبح ناشتا ۲ گرم دارچین را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند کسانی که فشارخون دارند با احتیاط مصرف کنند.

۲۸. جهت دفع کرم ۱۰ گرم گرد شیح را در ۵۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده ۳ نوبت در روز بنوشند و بعد از آن یک مسهل میل کنند اگر دمکرده برگ سنا باشد بهتر است.

۲۹. برای دفع کرم‌های روده می‌توان گرد شیح را با عسل مخلوط نموده صبح ناشتا یک قاشق همراه شیر بنوشند سپس بعد از آن مسهل میل کنند اگر دو روز قبل از آن از سوپ و آش آلوچه استفاده کرده باشند بهتر است.

* **طرز تهیه گرد شیح:** غنچه‌های نوشکفته گیاه درمنه را خشک نموده سپس کوبیده با الک ریز الک نموده گرد بدست آمده را گرد شیح نامند.

۳۰. رازیانه ضد کرم است، به مدت ٤ روز هر روز صبح ناشتا ۳ گرم رازیانه را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۳۱. برای از بین بردن کرم‌های روده به مدت ۲ هفته هر روز صبح ناشتا ۵ گرم رازیانه را در یک لیوان آب‌جوش دم‌کرده میل کنند، خانم‌ها بعد از پاک شدن استفاده کنند.

۳۲. برای دفع کرم کدو به مدت ۳ روز هر روز صبح ناشتا یک سوم استکان آب برگ تازه شاهتره را با شکر مخلوط نموده همراه یک لیوان آب بنوشند و در طی ۳ روز از آش آلوچه استفاده کنند.

۳۳. جهت درمان انگل ۵۰ گرم ریشه شیرین بیان و ۵۰ گرم رازیانه را مخلوط نموده روزی ۵ گرم به مدت ۵ روز میل شود، کسانی که فشارخون و بیماری قند دارند از خوردن شیرین بیان خودداری کنند.

## گوش

۱. جهت تسکین درد گوش برگ و ریشه درخت نارون را در روغن زیتون جوشانده سپس چند قطره در گوش بچکانند تحت نظر پزشک مصرف گردد.

۲. جهت کاهش درد گوش و رفع سنگینی آن چند قطره روغن بابونه در گوش بچکانند تحت نظر پزشک مصرف شود.

۳. برای رفع سنگینی گوش بادروج را با سرکه و کمی کافور مخلوط نموده به صورت فتیله در گوش بگذارند.

٤. جهت درمان ناشنوایی ۵ گرم انیسون را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش ریخته و بخور دهند.

۵. جهت تسکین درد گوش و رفع شنوایی پودر بادیان‌رومی را با روغن گل سرخ مخلوط نموده چند روز بماند سپس صاف نموده ۲ – ۱ قطره در گوش بچکانند با نظر پزشک مصرف شود.

٦. جهت درمان احساس صدای مبهم در گوش ۲ گرم بالوطی را با یک گرم اکلیل کوهی در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۷. برای تسکین درد گوش چند قطره از روغن درخت بان را در گوش بچکانند.

۸. برای تسکین درد گوش کمی از شیره گیاه بخورالاکراد را با روغن گل سرخ مخلوط نموده با نظر پزشک چند قطره در گوش بچکانند.

۹. جهت تسکین درد گوش چند قطره روغن حب‌الغار را در گوش بچکانند اگر از بخور میوه و برگ درخت برگ بو استفاده شود مؤثرتر می‌باشد.

۱۰. برای تقویت شنوایی ۲ گرم تخم تاج خروس را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده همراه سکنجبین میل کنند.

۱۱. برای گرفتگی گوش که به خاطر تجمع بخارات در اعضای داخلی سر باشد کندش و بنفشه را به طور مساوی پودر کرده مقدار کمی از آن را مانند عنفیه استفاده کنند و برای ساکت شدن عطسه داخل بینی را با آب گرم بشویند، این پودر عطسه آور قوی می‌باشد با احتیاط و کم مصرف کنند.

۱۲. برای درمان چرک گوش ابتدا ۲ گرم بوراکس را در آب‌جوش حل کرده سپس ۳ گرم تخم اسپند را کوبیده همراه محلول بوراکس و ۵۰ گرم روغن بادام شیرین مخلوط کرده آن گاه فتیله‌ای را آغشته نموده داخل گوش بگذارند.

۱۳. برای درمان چرک گوش ۲ قطره از برگ بید را در گوش بچکانند زیرا پس از چکاندن باید گوش را شستشو دهند.

۱٤. برای درمان ورم بناگوش یک قاشق خاکشیر را با مقداری نبات در ۲۰۰ سی‌سی آب جوشانده جرعه‌جرعه بنوشند و مقداری

خاکشیر را در آب جوشانده تا آب آن تبخیر شود سپس روی پارچه‌ای پهن نموده روی قسمت ورم به صورت ضماد بگذارند.

۱۵. برای رفع سنگینی گوش با نظر پزشک ۳ شب هر شب یک قطره عرق دارچین در گوش بچکانند.

۱٦. چکاندن عرق دارچین در گوش صداهای مبهم گوش را درمان می‌کند.

## درمان لاغری

۱. جهت درمان لاغری ۲۵ گرم برگ بارهنگ را در یک لیتر آب ۳ دقیقه جوشانده ۲۵ دقیقه دم‌کرده سپس صاف نموده با عسل شیرین نموده طی ۲٤ ساعت ٥ فنجان بنوشند.

۲. کسانی که می‌خواهند چاق شوند روزی یک عدد شاه بلوط هندی به مدت ۱۵ روز در ماه میل کنند.

۳. برای درمان لاغری یک قاشق چایخوری تودری را با یک قاشق مرباخوری سرکه سیب در نصف استکان آب‌جوش دم‌کرده همراه غذا میل کنند.

٤. جهت درمان لاغری ۱۰ گرم خاکشیر را در یک لیوان شیر جوشانده با ۲۰ گرم شکر مخلوط کرده صبح‌ها به مدت ۱٤ روز میل کنند.

٥. افراد سوداوی مزاجی که لاغر هستند برای چاق شدن از خرفه مانند سبزی خوردن استفاده کنند.

٦. جهت چاق شدن همراه غذا از رازیانه استفاده شود.

## لکنت زبان

۱. برای درمان لکنت زبان ۱۰ گرم اگیر ترکی را با ۱۰۰ گرم عسل مخلوط نموده روزی یک قاشق مرباخوری همراه شیر یا آب هویج میل کنند.

۲. جهت زود به به تکلم آمدن کودک ریشه اگیر ترکی را کودک بجود و یا مانند شماره یک استفاده کنند.

۳. برای درمان لکنت زبان تخم خرفه را همراه نبات کوبیده صبح و بعدازظهر یک قاشق چایخوری میل کنند.

٤. برای درمان لکنت زبان ۵۰ گرم پودر میوه درخت زبان گنجشک را با ۲۰ گرم پودر خولنجان در ۲۰۰ گرم عسل مخلوط نموده روزی ۳ نصفه قاشق چایخوری میل کنند.

۵. برای درمان لکنت زبان یک قاشق چایخوری پودر دانه زبان گنجشک، ۲۰ عدد مویز و یک عدد تخم کبوتر را با ۵۰ گرم عسل مخلوط نموده روزی یک قاشق مرباخوری میل کنند.

## مالاریا

۱. برای بیماری مالاریا ۳ گرم برگ‌های گیاه اشیرانت را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند مفید می‌باشد.

۲. بابونه ضد مالاریا می‌باشد، ۱۰ گرم در ۳۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده به مدت یک هفته روزی ۳ بار، هر بار یک فنجان میل شود.

۳. برای درمان مالاریا پوست بید، پوست گنه‌گنه، ریشه کاسنی و خارخسک از هر کدام ۳ گرم را در ۵۰۰ سی‌سی آب جوشانده صبح، ظهر و عصر به مدت یک هفته یک لیوان بنوشند.

## مثانه

### ادرار آور – بی‌اختیاری ادرار – سنگ مثانه

۱. جهت خردکردن سنگ مثانه ۲ گرم جوز ارقم را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش به مدت ۵ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند، مصرف این گیاه نباید بیش از ۳ گرم باشد و با احتیاط مصرف شود.

۲. جهت رفع سنگ‌های مجاری ادرار ٤ گرم اگیر ترکی را در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش ۱۰ دقیقه دم‌کرده هر ٦ ساعت یک فنجان بنوشند.

۳. برای درمان قطره قطره ادرار کردن ٤ گرم اگیرترکی را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

٤. جهت ناراحتی‌های مثانه ۲ گرم گیاه نبات الشیخ را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند این دمکرده ادرارآور است.

۵. جهت خردکردن سنگ مثانه ۱۰ گرم گیاه نبات الشیخ را در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش ۱۵ دقیقه دم‌کرده صاف نموده هر ۸ ساعت یک فنجان بنوشند.

۶. برای درمان ترشح ادرار و ورم مثانه ریشه گیاه انجیر چسب را به مقدار ۶ گرم در ۲۵۰ سی‌سی آب جوشانده روزی ۳ فنجان بنوشند.
۷. دمکرده پوست و برگ درخت نارون معرق و ادرارآور می‌باشد ۶ گرم در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.
۸. برای خردکردن سنگ مثانه ۵ گرم بابونه را در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش ۵ دقیقه دم‌کرده پس از سردشدن با عسل مخلوط کرده روزی ۳ فنجان بنوشند، البته این مخلوط طعم خوشی ندارد بهتر است ابتدا دمکرده را نوشیده و پس از آن یک قاشق مرباخوری عسل همراه کمی آب میل کنند.
۹. برای رقیق کردن خون منجد در مثانه ۵ گرم بابونه را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۵ دقیقه دم‌کرده پس از سردشدن روزی ۳ فنجان همراه عسل بنوشند.
۱۰. جهت درمان قطره قطره ادرا کردن ٤ گرم بابونه را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.
۱۱. جهت دفع سنگ ادراری ۳ گرم بادروج را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده میل نمایند.
۱۲. جهت درمان تکرر ادرار ۵ گرم برگ پهن بارهنگ را با یک لیوان آب سرد ۱۰ دقیقه جوشانده سپس ۲۰ دقیقه دم‌کرده پس از صاف کردن با عسل شیرین نموده روزی ۳ فنجان بنوشند و یا از جوشانده بارهنگ که با عسل شیرین شده است بنوشند.
۱۳. جهت درمان خونی که با ادرار دفع می‌شود یک قاشق مرباخوری بارهنگ را در ۲۵۰ سی‌سی آب جوشانده بنوشند.

۱٤. برای خردکردن* سنگ مثانه صمغ باریجه را با عسل مخلوط نموده همراه آب بنوشند.

۱۵. دمکرده گیاه باکوپا مدر می‌باشد.

۱٦. برگ‌های تازه و دانه گیاه بالباجوار ادرارآور است.

۱۷. کسانی که قطره قطره ادرار می‌کنند از برگ‌های تازه گیاه بالباجوار به صورت خوراکی استفاده کنند.

۱۸. برای درمان بی‌اختیاری ادرار ۲ گرم بالوطی را با نیم گرم نعناع در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده با نبات شیرین نموده میل کنند.

۱۹. برای خردکردن سنگ مثانه حدود ۲۰ گرم میوه برگ بو را ساییده ۱۰ گرم صبح و ۱۰ گرم عصر با یک لیوان آب فقط یک روز بنوشند.

۲۰. ادرارآور می‌باشد ۲ گرم برگ عطر را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۲۱. جهت دفع سنگ مثانه ۲۰ گرم برنجاسف را در یک لیتر آب‌جوش ۱۵ دقیقه دم‌کرده هر ٤ ساعت یک لیوان به مدت ۳ روز بنوشند به خاطر داشته باشند مصرف زیاد برنجاسف باعث مسمومیت می‌گردد همراه انیسون میل شود.

۲۲. کسانی که شاش‌بند شده‌اند ۱۰ گرم برنجاسف را در ۵۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۱۰ دقیقه دم‌کرده هر ٦ ساعت یک چهارم آن را بنوشند سپس ۱۰۰ گرم برنجاسف را در ٤ لیتر آب جوشانده در آن بنشینند و ضماد آن را زیر شکم بگذارند و از خوردن غذاهای چرب خودداری کنند.

۲۳. کسانی که تکرر ادرار دارند ۲ گرم بسباسه را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۵ دقیقه دم‌کرده ساعت ۵ عصر بنوشند.

۲٤. جهت دفع ادرار (ادرارآور) ۲ گرم تخم تاج خروس را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش ۱۰ دقیقه دم‌کرده پس از صاف کردن با عسل شیرین نموده بنوشند.

۲۵. برای رفع سوزش مجاری ادرار و رفع قطره قطره ادرار کردن ۱۰ گرم تخم تاج خروس را شب در یک لیوان شیر خیس کرده صبح به مدت ۳ روز بنوشند.

۲٦. جهت درمان عفونت مثانه یک گرم بسفایج را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده ۳ بار در روز به مدت یک هفته بنوشند.

۲۷. دمکرده ریشه بگونیا ادرارآور می‌باشد.

۲۸. جهت درمان بی‌اختیاری ادرار هر شب ۵ قطره از تنتور بلادون به مدت یک هفته میل شود.

۲۹. برای درمان سوزش مجاری ادرار و قطره قطره ادرار کردن به مدت ۱٤ روز صبح و عصر هر بار ۲ عدد بلوط را خوب جویده میل کنند.

۳۰. کسانی که شب ادراری دارند ۱۰۰ گرم میوه بلوط و ۵۰ گرم کندر را ساییده با روغن زیتون سرخ نموده هر شب یک قاشق چایخوری میل کنند.

۳۱. جهت درمان ورم مثانه قسمت پایین شکم را با روغن بنفشه چرب نمائید. طرز تهیه روغن بنفشه در قسمت ناخن آورده شده است.

۳۲. دمکرده بنفشه سه رنگ ادرار آور است.

۳۳. کسانی که شاش بند هستند از بوقناق صحرایی که از تیره مرکبات و پایا می‌باشد استفاده کنند این گیاه بسیار مدر است. خانم‌هایی که کودک را شیر می‌دهند از خوردن آن خودداری کنند زیرا باعث قطع شیر می‌گردد، ۱۵ – ۱۰ گرم در یک لیتر آب جوشانده روزی ٤ لیوان بنوشند.

۳٤. جهت درمان سنگ مثانه ۱۵– ۱۰ گرم بوقناق صحرایی را در یک لیتر آب جوشانده روزی ٤ لیوان بنوشند.

۳۵. جهت بازشدن مجاری ادرار که در اثر حرارت و گرمی مزاج باشد ۱۰ گرم برگ بید را در ۲ لیتر آب جوشانده بیمار در آن بنشیند و روزی ۲ استکان عرق بید بنوشد.

۳٦. ساقه بید گیاه بخاطر داشتن پتاسیم ادرارآور می‌باشد ۱۵ گرم در ۵۰۰ سی‌سی آب جوشانده ۱۰ دقیقه دم‌کرده هر ٦ ساعت نصف لیوان بنوشند.

۳۷. برای دفع سنگ مثانه ۳۰ گرم ساقه بیدگیاه را در یک لیتر آب جوشانده ۱۰ دقیقه دم‌کرده هر ٤ ساعت یک لیوان بنوشند.

۳۸. جهت دفع سنگ مثانه روزی ۳ بار به مدت یک هفته از دمکرده پرسیاوشان بنوشند و ضماد آن را درمحل بگذارند.

۳۹. جهت درمان عفونت مثانه ۱۵ گرم آویشن را در یک لیتر آب‌جوش ۲۰ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ لیوان بنوشند.

٤۰. برای خردکردن سنگ مثانه به مدت ۳ روز، روزی ۳ بار هر بار یک گرم گرد پیاز عنصل تشویه شده همراه آب گرم بنوشند و ۲ ساعت بعد از آن یک لیوان عرق خارشتری بنوشند.

٤۱. خاکشیر ادرارآور می‌باشد.

۴۲. خرفه ادرارآور است در آش یا به عنوان سبزی استفاده شود.
۴۳. برای برطرف کردن سنگ مثانه ۴۰ گرم شیره گیاه خرفه را همراه آب بنوشند.
۴۴. برای درمان خون در ادرار روزی ۵ گرم گل خطمی را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده به مدت یک هفته بنوشند.
۴۵. برای درمان ورم کیسه مثانه ۲۰ گرم ریشه خطمی را در ۲ لیتر آب ۲۴ ساعت خیس نموده سپس یک کیلو شکر به آن اضافه نموده حرارت داده تا به صورت شربت درآید صاف نموده روزی ۳ قاشق غذاخوری میل شود.
۴۶. جهت خردکردن سنگ مثانه ۳۰ گرم تخم زبان گنجشک را در ۴۰۰ سی‌سی آب ۳۰ دقیقه جوشانده سپس دم کرده صاف نموده هر ۴ ساعت یک فنجان بنوشند.
۴۷. جهت بندآمدن ادرار ۳۰ گرم برگ زبان‌گنجشک را در یک لیتر آب جوشانده نیم ساعت دم‌کرده هر ۴ ساعت یک استکان میل‌شود.
۴۸. جهت ضدعفونی کردن مجاری ادرار ۳ گرم درمنه ترکی را در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده طی ۳ نوبت بنوشند.
۴۹. دمکرده ریشه رازیانه ادرارآور است ۶ گرم در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.
۵۰. جهت تسکین درد مثانه یک قاشق مرباخوری رازیانه را در یک لیوان آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.
۵۱. برای درمان قطره قطره ادرارکردن ۲ گرم رازیانه را در ۲۰۰ سی‌سی آب جوشانده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۵۲. برای درمان سوزش ادرار روزی ۲ بار هر بار ۱/۵ گرم رازیانه را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده صاف نموده با عسل شیرین نمایند میل شود.

۵۳. برای درمان بیماری حبس‌البول ۵ گرم شاهتره را در ۳۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۱۰ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ فنجان به مدت سه روز بنوشند.

٥٤. برای رفع التهاب مثانه روزی ۳ بار هر بار ۲ گرم شبدر زرد را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده به مدت یک هفته بنوشند.

۵۵. برای حل شدن سنگ مجاری ادرار ۳ گرم شمعدانی وحشی که به نام علمی Geranium robertanuml می‌باشد در ۳۰۰ سی‌سی آب سرد خیس نموده سپس صاف نموده طی روز بنوشند.

٥٦. برای تسکین درد مثانه ۱۰ گرم شیرین بیان را در ۲۵۰ سی‌سی آب سرد ریخته حرارت می‌دهیم تا به جوش آید ۵ دقیقه جوشانده ۱۲ ساعت بگذارند بماند صاف نموده تا شب به چند نوبت میل شود کسانی که فشارخون دارند از خوردن این نوشیدنی خودداری کنند.

۵۷. کسانی که حبس‌البول دارند از روش شماره ٥٦ استفاده کنند.

۵۸. جهت سوزش مجاری ادرار ۱۰ گرم شیرین بیان را در ۲۵۰ سی‌سی آب سرد خیس نموده سپس با حرارت ملایم جوشانده ۱۲ ساعت بماند صاف نموده با کمی عسل شیرین و میل شود.

## مسمومیت

۱. اگر کسی مسموم شد جهت ایجاد تهوع و استفراغ ۵ گرم خاکشیر را با کمی گلاب آنقدر جوشانده تا دانه خاکشیر باز شود سپس نیم گرم به مسموم بدهند.
۲. مصرف بی‌رویه شمشاد باعث مسمومیت می‌گردد و علایم آن اسهال، استفراغ، ورم روده و معده، تشنج، اختلالات تنفسی و احتقان ریوی ایجاد نموده و ممکن است مرگ در اثر خفگی بوجود آید.
۳. برای درمان مسمومیت خون با اوره یک گرم گیاه شمعدانی را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده میل شود.

## مفاصل

### آرتروز – درد مفاصل – راشیتیسم – کمردرد

۱. جهت درمان درد مفاصل موسیر را با سرکه مخلوط نموده به صورت ضماد بگذارند.
۲. جهت درمان رگ به رگ شدن موسیر را به صورت ضماد بگذارند.
۳. جهت تسکین دردها ۳۰ گرم اشنه را در یک لیتر آب‌جوش دم‌کرده سپس با آن ماساژ دهند.
٤. جهت درمان لومباگو و دردهای مفاصل ریشه گیاه اشیرانت را جوشانده تا غلیظ شود سپس به صورت ضماد بگذارند و از دمکرده آن روزی ۳ فنجان بنوشند.

۵. جهت تسکین قسمت‌های دردناک بدن ریشه و برگ اشیرانت را جوشانده به صورت ضماد بگذارند.

٦. جهت تحلیل ورم‌های بلغمی ۳ گرم جوز ارقم را در ۱۵۰ سی‌سی آب جوشانده سپس پارچه‌ای را خیس نموده به صورت ضماد به مدت یک هفته بگذارند.

۷. جهت تسکین ضرب خوردگی و دررفتگی اعضای بدن از ضماد برگ اکلیپتا استفاده گردد.

۸. جهت درمان آرتروز ۵ گرم ریشه گل ژاپنی را در ۳۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۵ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند و از روغن آن به محل درد بمالند.

* **طرز تهیه روغن گل ژاپنی:** ۵۰ گرم ریشه و گل ژاپنی را در یک لیتر روغن زیتون یا کنجد مخلوط کرده به مدت ٦ ساعت با آب‌جوش (بن‌ماری) حرارت غیر مستقیم می‌دهیم سپس صاف نموده به محل بمالند.

۹. جهت درمان ورم مفاصل روزی ۲ بار از روغن اگیر ترکی به محل درد بمالند. این روغن تسکین دهنده درد ماهیچه‌ها نیز می‌باشد.

* **طرز تهیه روغن اگیر ترکی:** ۵۰ گرم اگیر ترکی را آسیاب نموده سپس در ۱۵۰ گرم عرق طارونه به مدت ۱۲ ساعت خیسانده سپس یک لیتر روغن کنجد به آن اضافه نموده از طریق حرارت غیر مستقیم (بن‌ماری) حرارت داده تا آب آن تبخیر شود و روغن آن باقی بماند.

۱۰. جهت درمان کمردرد از روغن اگیر ترکی شب‌ها بمالند و ٤ گرم اگیر ترکی را در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش ۲۰ دقیقه دم‌کرده هر ۸ ساعت یک فنجان به مدت یک هفته بنوشند.

۱۱. جهت درمان نرمی استخوان (راشیتیسم) با روغن اگیر ترکی ماساژ دهند و ۳ گرم اگیر ترکی را در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند. جهت کودکان با نظر پزشک مصرف شود زیرا اگیر ترکی برای گرم‌مزاجان مناسب نمی‌باشد.

۱۲. جهت تسکین ضرب خوردگی و درد مفاصل دانه‌های انار دانه دشتی را با روغن کنجد مخلوط نموده به مدت ٤ ساعت در آب‌جوش حرارت داده سپس محل درد را ماساژ دهند.

۱۳. جهت تسکین درد مفاصل برگ درخت نارون را پخته به صورت ضماد بگذارند.

۱٤. جهت ترمیم شکستگی استخوان پوست و برگ درخت نارون را به مقدار ۵۰ گرم در یک لیتر آب جوشانده به صورت ضماد روی پوست بگذارند.

۱۵. جهت پیچش و دررفتگی عضلات بابونه را جوشانده سپس پارچه‌ای پشمی را خیس نموده به صورت ضماد بگذارند و با روغن بابونه ماساژ دهند.

۱٦. برای کاهش درد کمر و مفاصل با روغن بابونه ماساژ دهند طرز تهیه آن در بخش رماتیسم آورده شده است.

۱۷. برای درمان کمردرد ٤ گرم گیاه بادآورد را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده به مدت ۳ هفته روزی ۳ نوبت بنوشند.

۱۸. برای درمان ورم‌های مفصلی صبح و شب روغن بادروج را بمالند.

* **طرز تهیه روغن بادروج:** ۵۰ گرم بادروج خشک را با ۱۰۰ سی‌سی عرق گزنه مخلوط کرده بعد از ۲ساعت ۵۰۰ گرم روغن کنجد به آن اضافه می‌نماییم به مدت ٦ ساعت حرارت غیر مستقیم می‌دهیم تا عرق آن تبخیر شود سپس صاف نموده استفاده می‌گردد.

۱۹. جهت تسکین کمردرد ۱۰ گرم انیسون بری را در ۳۰ گرم عرق طارونه حرارت غیر مستقیم داده سپس ۱۰۰ گرم روغن کنجد به آن اضافه نموده تا عرق آن تبخیر شود سپس صاف نموده به محل درد بمالند.

۲۰. برای تسکین دردهای آرتروز و عضلانی از اسانس روغنی گیاه باروسما به محل بمالند.

۲۱. جهت تسکین درد کمر و پهلو صمغ باریجه را در عرق گزنه حل نموده با روغن زیتون مخلوط کرده سپس پارچه‌ای را به آن آغشته نموده به صورت ضماد در محل بگذارند.

۲۲. جهت تسکین دردهای عضلانی ریشه درخت بان را له نموده به صورت ضماد بگذارند.

۲۳. برای کمردردهایی که منشأ آن از رحم باشد ۳ گرم پوست و برگ بداغ جنگلی را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده میل شود.

۲٤. برای تسکین دردهای عضلانی و گرفتگی ماهیچه‌ها با روغن حب‌الغار ماساژ دهند. طرز تهیه روغن در قسمت پوست آورده

شده است. حب‌الغار میوه درخت برگ بو می‌باشد و به اندازه گیلاس است.

۲۵. جهت درد کمر و درد مفاصل روغن میوه درخت بو (حب‌الغار) را به محل درد بمالند.

۲٦. برای تسکین درد مفاصل ۲۰ گرم برگ و گل برنجاسف را در وان حمام ریخته سپس به مدت ۲۰ دقیقه در آب گرم آن بدن را ماساژ دهند.

۲۷. جهت پیچ خوردگی و رگ به رگ شدن عضلات برگ برنجاسف را کوبیده به صورت ضماد در محل درد بگذارند و هر ۸ ساعت تعویض نمایند.

۲۸. جهت تسکین شکستگی استخوان برگ و گل گیاه تاج خروس را کوبیده به صورت ضماد بگذارند.

۲۹. جهت تحلیل ورم از گل و گیاه تاج خروس به صورت ضماد بگذارند.

۳۰. جهت درمان رگ به رگ شدن ٤۰ گرم بسفایج رادر ۵۰۰ سی‌سی آب جوشانده سپس پارچه‌ای را خیس نموده به صورت ضماد بگذارند.

۳۱. جهت تسکین درد مفاصل و از بین بردن آب بین مفاصل پوست بلوط را جوشانده و با آب آن کمپرس کنند.

۳۲.جهت تسکین درد مفصلی روغن بنفشه را به محل بمالند، طرز تهیه آن در قسمت ناخن آورده شده است.

۳۳. جهت تسکین دردهای گرم روغن بیدمشک را به محل بمالند.

* **طرز تهیه روغن بیدمشک:** ۱۰۰ گرم برگ، پوست، سرشاخه و گل بیدمشک را در یک لیتر آب به مدت نیم ساعت جوشانده سپس صاف نموده با ۲ لیتر روغن زیتون مخلوط نموده با حرارت غیر مستقیم حرارت می‌دهیم تا آب تبخیر شود.

* **یک روش دیگر برای تهیه روغن بیدمشک:** ۱۰۰ گرم برگ، پوست و گل درخت بیدمشک رادر یک لیتر روغن زیتون به مدت ۱٤ روز خیسانده و در آفتاب گذاشته سپس صاف نموده استفاده گردد.

۳٤. برای درمان ورم و کوفتگی در اثر ضربه خوردن و از بین بردن قسمت سیاه شده خون ۱۰۰ گرم ریشه پامچال را در یک لیتر آب جوشانده تا نصف شود سپس پارچه‌ای را آغشته کرده محل ورم و کوفتگی را کمپرس کنند.

۳۵. برای درمان درد مفاصل روزی ۲ بار، هر بار ٤۰ قطره از تنتور پای گرگ همراه کمی آب بنوشند.

۳٦. برای درمان پیچیدگی عضلات و ضرب خوردگی ۵۰ گرم پرسیاوشان را در یک لیتر آب سرد خیسانده سپس حرارت داده تا آب نصف شود صاف نموده محل درد را کمپرس کنند.

۳۷. جهت درمان لومباگو ۵۰ گرم پرسیاوشان را در یک لیتر آب سرد خیسانده سپس روی آتش بگذارند بجوشد تا آب آن نصف شود صاف کرده محل درد را کمپرس کنند و یا پرسیاوشان خشک را در متکا ریخته و روی آن بخوابند.

۳۸. برای درمان راشیتیسم کودکان داخل تشک آن‌ها را پرسیاوشان ریخته و روی آن بخوابند.

۳۹. جهت درمان رماتیسم ۵۰ گرم پرسیاوشان را در یک لیتر آب سرد خیسانده سپس روی حرارت بگذارند بجوشد تا آب آن نصف شود صاف نموده محل درد را کمپرس کنند.

٤٠. جهت تسکین درد مفاصل بعد از غذا یک قاشق چایخوری از گرد پیاز عنصل تشویه شده به مدت یک هفته میل کنند. روش تهیه تشویه پیاز عنصل در قسمت اعصاب آورده شده است.

٤١. برای از بین بردن ورم‌های سفت تودری را خیس نموده به صورت ضماد بگذارند.

٤٢. جهت تسکین درد مفاصل گیاه چشم خروس را در آب جوشانده سپس با این جوشانده محل درد را کمپرس کنند.

٤٣. جهت درمان کوفتگی خرفه را کوبیده به صورت ضماد بگذارند.

٤٤. برای تسکین درد کمر و پا بعدازظهرها از دمکرده چای دارچین بنوشند.

٤٥. برای درمان ورم‌های سفت گرد ریشه درخت داغداغان را روزی ۳ مرتبه روی قسمت ورم پاشیده و آهسته ماساژ دهند.

٤٦. جهت درمان درد مفاصل ۳ گرم میوه درخت زبان گنجشک را در ۱۰۰ سی‌سی آب جوشانده صاف نموده میل شود.

٤٧. برای تسکین درد کمر ۲۰ گرم تخم زبان گنجشک را در ٤۰۰ سی‌سی آب به مدت ۳۰ دقیقه جوشانده سپس صاف نموده هر ٤ ساعت یک فنجان بنوشند.

٤٨. جهت درمان گرفتگی عضلات برگ تازه زبان گنجشک را کوبیده با سرکه مخلوط نموده در محل درد بگذارند و یا از روغن برگ درخت زبان گنجشک استفاده کنند.

* **طرز تهیه روغن زبان گنجشک:** ۱۰۰ گرم برگ تازه درخت زبان گنجشک را کوبیده سپس با ۵۰۰ گرم روغن کنجد مخلوط نموده به مدت ١٤ روز در آفتاب تابستان گذاشته سپس حرارت غیر مستقیم داده تا آب برگ‌ها تبخیر شود صاف نموده استفاده گردد.

٤٩. برای درمان آرتروز تخم درخت زبان گنجشک را همراه نبات ساییده روزی یک قاشق مرباخوری همراه آب میل کنند.

۵۰. برای درمان بیماری راشیتیسم ۲ گرم از برگ و گل شبدر را در ۱۰۰ سی‌سی آب جوشانده صاف نموده بنوشند.

۵۱. برای تسکین درد مفاصل ۵۰ گرم عصاره شبدر را با ۲۰۰ گرم روغن زیتون مخلوط نموده حرارت غیر مستقیم (بن‌ماری) داده تا عصاره شبدر تبخیر شود سپس روغن را به محل درد بمالند.

۵۲. برای استحکام استخوان خاک اره چوب شمشاد را با سفیده تخم‌مرغ و آرد گندم مخلوط نموده به صورت ضماد بگذارند.

۵۳. برای تسکین ضرب خوردگی برگ شمعدانی را کوبیده به صورت ضماد بگذارند.

## مو

۱. یک ژل خوب برای مو: برگ بید را در آب‌جوش ریخته ۱۲ ساعت بگذارند بماند سپس حرارت داده صاف نموده پودر کتیرا را به آن اضافه کنند.

۲. ماساژ با جوشانده پرسیاوشان باعث سیاه شدن مو و تقویت آن می‌گردد.

۳. جهت سیاه شدن مو خاکستر پرسیاوشان را با گزنه و کمی آب پیاز و عرق مورد مخلوط کرده مانند حنا روی سر بگذارند بعد از ۲ ساعت بشویند.

٤. برای بلندشدن مو و محکم شدن ریشه آن خاکستر پرسیاوشان را با روغن مورد مخلوط کرده به سر بمالند.

* **طرز تهیه روغن مورد:** ۵۰ گرم برگ مورد (اگر تازه باشد ۱۰۰ گرم) را در یک لیتر روغن زیتون یا نارگیل مخلوط نموده به مدت ٦ ساعت با حرارت آب‌جوش حرارت داده (بن‌ماری) سپس صاف نموده استفاده گردد و یا شیشه محلول را به مدت ۱٤ روز در آفتاب گرم تابستان بگذارند.

۵. هنگام سوختن چوب بلوط، آبی از آن خارج می‌شود آب را به ابرو بمالید باعث مشکی شدن ابرو می‌گردد.

٦. جهت سیاه شدن مو روزی ۵ دانه بادام هندی به مدت ۳ ماه میل کنند در فصل پاییز و زمستان مناسب‌تر است.

۷. برای رفع چربی روی سر ٤۰ گرم انیسون را در یک لیتر آب جوشانده سپس موها را بشویند.

۸. مصرف جوشانده بارهنگ باعث مشکی شدن موهای سفید می‌گردد یک قاشق مرباخوری بارهنگ را در یک لیوان آب جوشانده میل شود.

۹. برای روشن کردن مو ۵۰ گرم بابونه و گل ریواس را به اندازه مساوی تقسیم کرده سپس در یک لیتر عرق بید جوشانده موها را ماساژ دهند.

۱۰. جهت رشد مو و سیاه شدن آن گیاه اکلیپتا را له کرده بـا روغـن کنجد مخلوط نموده به موها بمالند.

۱۱. برای جلوگیری از سفیدشدن مو ۵۰ گرم برگ گز را در یـک لیتـر آب جوشانده موها را هفته‌ای ۲ – ۳ مرتبه با آن ماساژ دهند.

۱۲. برای از بین بردن جوش‌های سـر شـیره خرفـه را بـا عـرق بید مخلوط کرده سر را بشویند.

۱۳. جهـت خـوش حالـت کـردن موهـا گـل خطمـی را در عـرق بید جوشانده صاف نموده موها را آغـشته کـرده و حالـت دهیـد ایـن محلول بهترین ژل برای مو می‌باشد.

## تقویت مو

۱. جهت تقویت مو پودر ریشه درخت نـارون را بـا خـضاب مخلـوط نموده مانند حنا استفاده کنند.

۲. جهت تقویت موی سر چند حبه سیر له شـده، ۱۰ گـرم بابونـه، ۵۰ گرم عرق گزنه را مخلوط کرده سپس ۱۵۰ گرم روغن زیتـون بـه آن اضافه می‌نماییم با حرارت غیر مستقیم می‌جوشانیم تـا آب آن بخار شود پس از صاف کردن موها را ماساژ دهند.

۳. جهت تقویت مو پوست بلادون را جوشانده با آب آن ماساژ دهند.

٤. جهت تقویت موی سر با روغن گل بنفشه موها را ماساژ دهند.

* **طرز تهیه روغن گل بنفشه:** ابتدا ۲۰ گرم گل بنفشه را بـا ۲۰ گـرم عرق گزنه خیسانده سپس ۲۰۰ گرم روغن زیتـون بـه آن اضـافه نموده به مدت ٦ ساعت با آب‌جوش حرارت داده (بن‌ماری) پس از تبخیر شدن عرق گزنه صاف نموده موها را ماساژ دهند.

۵. پرسیاوشان را در عرق بید جوشانده سپس صاف نموده با روغن زیتون مخلوط کرده با حرارت غیر مستقیم (بن‌ماری) حرارت داده تا عرق تبخیر شود سپس با روغن موها را ماساژ دهند، جهت تقویت و جلوگیری از سفیدشدن مفید می‌باشد.

٦. جهت تقویت موی سر و سالم ماندن مو با شانه‌ای که از چوب شمشاد ساخته شده است موها را شانه نمایند.

۷. برای تقویت مو خاک اره چوب شمشاد را با حنا مخلوط نموده را عرق آویشن خمیر نموده روی سر بگذارند.

۸. ماساژ با جوشانده بابونه باعث تقویت مو می‌شود.

## رویش مو

۱. برای جلوگیری از رویش موی صورت خانم‌ها شیره ریشه رازیانه را به صورت بمالند.

۲. یک روش برای جلوگیری از رویش موی صورت: پودر رازیانه را با گرد باقلا داخل عرق رازیانه خیس نموده بعد از این که صورت را بند انداختند به صورت ماسک روی صورت بگذارند.

۳. جهت رویش مو هر ماه ٥ روز، روزی ۲ بار هر بار یک گرم گرد پیاز عنصل تشویه شده را همراه کمی آب بنوشند، روش تشویه پیاز عنصل در قسمت اعصاب آورده شده است.

٤. برای جلوگیری از رویش مو ۱۰ گرم برگ شوکران را با ۳۰۰ گرم هویج پخته و له شده مخلوط نموده بعد از کندن موهای صورت یا بدن به صورت ضماد بگذارند به علت سمی بودن از این گیاه

زیاد استفاده نشود زیرا سم آن از طریق پوست نیز جذب می‌گردد.

## جلوگیری از ریزش مو

۱. برای جلوگیری از ریزش مو ٤٠ گرم شیرین‌بیان را در یک لیتر آب ٥ دقیقه جوشانده صاف نموده موها را ماساژ دهند.

۲. مالیدن روغن بنفشه از ریزش مو جلوگیری می‌کند. طرز تهیه آن در قسمت ناخن آورده شده است.

۳. برای جلوگیری از ریزش و سفیدشدن مو با روغن بلوط موها را ماساژ دهند.

* **طرز تهیه روغن بلوط:** میوه بلوط را آسیاب نموده سپس ۲۰۰ گرم میوه بلوط را با یک لیتر روغن کنجد مخلوط نموده به مدت ٦ ساعت حرارت غیر مستقیم(بن‌ماری) می‌دهیم سپس صاف نموده با آن روغن موها را ماساژ دهند.

٤. برای درمان مولیسیک (ریزش مو به شکل دایره) ٥٠ گرم پرسیاوشان را در ٥٠٠ سی‌سی روغن زیتون خیسانده و به مدت ٦ ساعت با آب‌جوش حرارت غیر مستقیم (بن‌ماری) داده و یا به مدت ١٤ روز در آفتاب تابستان بگذارند سپس صاف نموده به محل ریزش مو بمالند.

٥. یک روش برای درمان مولیسیک: کمی پیاز عنصل را در پارچه‌ای بگذارند و پارچه را به قسمتی که مویش ریخته بمالند نباید زیاد بمالند چون باعث تاول می‌شود و با احتیاط این کار را انجام دهند.

٦. جهت جلوگیری از ریزش مو غده گیاه بخورمریم را با سرکه رقیق شده مخلوط نمایند سپس موها را ماساژ دهند البته با نظر پزشک مصرف گردد.

## شوره سر

١. برای درمان شوره سر خاکستر پوست درخت نارون را با عرق مورد و ٢ قاشق روغن کرچک مخلوط نموده مانند حنا روی سر گذاشته سپس موها را بشویند.

٢. جهت درمان شوره سر پودر موسیر را با زرده تخم‌مرغ مخلوط نموده به سر بمالند.

٣. برای درمان شوره سر و بلندشدن مو، موها را با عرق بید ماساژ دهند.

٤. برای از بین بردن شوره سر ٢٠ گرم اکلیل کوهی را در یک لیتر آب (اگر عرق بید باشد بهتر است) جوشانده سپس صاف نموده ٥ گرم بوراکس را داخل آن که هنوز داغ است حل نموده (اگر حل شد کمی حرارت دهند تا حل شود) سپس در حمام سر را بشویند.

٥. جهت برطرف کردن شوره سر خاکستر پرسیاوشان را با عرق مورد مخلوط کرده به سر بمالند.

٦. برای رفع شوره سر و جلوگیری از ریزش مو عصاره دانه تاتوره را با آب مخلوط نموده موها را شستشو دهند. این گیاه سمی است با احتیاط مصرف شود، خوراکی نمی‌باشد.

٧. برای درمان شوره سر خاک اره چوب شمشاد را با حنا مخلوط نموده سپس با عرق مورد خمیر نموده روی سر بگذارند.

۸. جهت درمان شوره سر پودر گل بنفشه، آرد نخـود، گـل خطمـی و شلتوک برنج را در عرق مورد خیس نموده به مـدت ۲ سـاعت بـه صورت ضماد بر سر بگذارند.

## کچلی

۱. برای رفع کچلی و بیماری‌های پوسـتی ۵ گـرم بـالوطی را در ۲۰۰ سی‌سی آب جوشانده پس از سردشدن زخم را شستشو دهند.

۲. برای معالجه کچلی ۱۰ گـرم بـرگ گیـاه بـاریقون را بـا ۳۰۰ گـرم هویج پخته و له شده مخلوط کـرده بـه صـورت ضـماد در محـل بگذارند.

۳. جهت درمـان کچلـی گیـاه بـاقلای مـصری را بـه صـورت ضـماد بگذارند در صورت خشک بودن پخته سـپس بـه صـورت ضـماد بگذارند.

## موخوره

۱. جهت درمان موخوره با غده تازه گیـاه بخـورمریم نـوک موهـا را ماساژ دهند.

۲. جهت از بین بردن موخوره ۵۰ گرم گرد غنچـه گیـاه درمنـه را در ۵۰۰ سی‌سی روغن زیتون مخلوط کرده سپس ۱۴ روز در آفتـاب بماند پس از آن صاف نموده موها را با روغن ماساژ دهند.

۳. پیاز عنصل ضد موخوره است، ۱۰ گرم پیاز عنصل را با ۲۰۰ گرم عرق مورد مخلوط کرده نوک موها را داخل محلول بگذارند سپس آبکشی کنند.

## میخچه

۱. برای درمان میخچه شیره میوه بلادر را روی آن بمالند.
۲. برای درمان میخچه برگ‌های له شده، پخته یا شیره گیاه خرفه را به صورت ضماد بگذارند.

## میگرن

۱. کسانی که میگرن دارند یک گرم بابونه را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۵ دقیقه دم‌کرده صاف نموده روزی ۲ بار صبح و عصر به مدت ۱٤ روز بنوشند، خانم‌ها بعد از پاک شدن استفاده کنند.
۲. جهت تسکین درد میگرن ۱۰ صبح و ۵ بعدازظهر ۲ گرم بادیان رومی را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.
۳. کسانی که میگرن دارند از خوردن شاه بلوط هندی خودداری کنند ولی روغن آن را می‌توانند به شقیقه‌ها بمالند، طرز تهیه آن در قسمت واریس آورده شده است.
٤. برای درمان میگرن یک قاشق مرباخوری از برگ و گل بنفشه را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بعدازظهرها بنوشند.
۵. برای درمان میگرن ۱۰ گرم بنفشه را با ۲۰۰ سی‌سی آب مخلوط نموده سپس جوشانده ۱۰ دقیقه دم‌کرده پس از سردشدن صاف نموده روزی ۳ فنجان همراه عسل میل شود.

۶. برای تسکین درد میگرن روزی ۲ بار هر بار ۳ گرم گل پامچال را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند نباید بیش از یک هفته ادامه داشته باشد.

۷. کسانی که میگرن دارند از خوردن درمنه ترکی خودداری کنند.

۸. برای رفع سردردهای میگرنی ۲ گرم رازیانه را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده ۱۰ صبح و ۵ بعدازظهر بنوشند.

۹. برای تسکین درد میگرن ۳ گرم شبدر زرد رادر ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۱۰. کسانی که میگرن دارند هر ماه به مدت یک هفته صبح و عصر هر بار ۳ گرم شبدر را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

## ناخن

۱. جهت درمان ترک ناخن موسیر را به صورت ضماد بگذارند.

۲. جهت نگهداری ناخن به آن‌ها روغن بنفشه بمالند.

* **طرز تهیه روغن بنفشه:** ۲۰۰ گرم روغن کنجد را با ۲۰ گرم بنفشه مخلوط نموده بگذارند چند روز بماند سپس صاف نموده مجدداً ۲۰ گرم بنفشه را اضافه کنند این عمل را چند بار تکرار نمایند تا روغن بنفشه بدست آید.

## نازایی

۱. جهت درمان نازایی ۲ گرم لاله سرنگون، یک گرم زعفران، ۲ گرم هل و ۲ گرم بسباسه را کوبیده با شیر مخلوط نموده سپس پنبه‌ای را به آن آغشته کرده به صورت شیاف داخل واژن بگذارند اگر نازایی به خاطر رطوبت و ترشح زیاد باشد امید است که درمان گردد قبل از استفاده با پزشک متخصص مشورت نمایند و با احتیاط مصرف شود زیرا پیاز لاله سرنگون سمی است.

۲. خوردن برگ‌های جوان گیاه بابارتو باعث عقیم شدن می‌گردد.

۳. نوشیدن جوشانده بارهنگ جهت درمان نازایی و ناباروری مفید است.

٤. در گذشته برای خانم‌هایی که عقیم بودند دانه باقلای هندی را با شیر انسان ساییده به صورت شیاف داخل واژن می‌گذاشتند اکنون می‌توان دانه باقلای هندی را با شیر انسان ساییده و تامپون (نواربهداشتی فشرده) را آغشته نموده داخل واژن بگذارند.

۵. خانم‌هایی که به خاطر عفونت و ترشحات رحمی آبستن نمی‌شوند اگر هر روز بعد از پاک شدن با جوشانده بسباسه خود را بشویند مؤثر واقع می‌شود و یک گرم زعفران و ۱۵ گرم بسباسه را نرم کوبیده سپس حدود یک گرم در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۶. برای بچه‌دار شدن سنبل‌الطیب، بسفایج، انزروت، صبر زرد، هلیله سیاه و خولان مکی از هر کدام ۱۰ گرم ساییده با ۲۰۰ گرم عسل مخلوط نموده روزی ۳ قاشق مرباخوری میل کنند.

۷. چنان‌چه نازایی خانم‌ها در محیط داخلی رحم باشد از شیاف روغن گل بنفشه به صورت شیاف استفاده نمایند مقداری روغن بنفشه را با یک زرده تخم‌مرغ مخلوط کرده ۳۰ گرم چربی خروس را با حرارت غیر مستقیم ذوب کرده همه را مخلوط نموده پنبه‌ای را به آن آغشته نموده داخل واژن قرار دهند.

۸. برای درمان نازایی در صورت سالم بودن تخمدان‌ها بعد از پاک شدن روزی ۵ گرم پودر دانه زبان گنجشک را با کمی عسل مخلوط کرده همراه یک لیوان آب هویج به مدت ۱۴ روز بنوشند و جهت باردار شدن بهترین زمان نزدیکی ۶ روز بعد از پاک شدن تا ۱۱ روز مانده به عادت می‌باشد.

## نقرس

۱. جهت تسکین درد نقرس ۱۰ گرم برگ شمشاد را در ۲۰۰ سی‌سی آب جوشانده به صورت کمپرس بگذارند.

۲. جهت درمان نقرس ۲ – ۱ گرم گیاه الاملیک را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۵ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۳. جهت درمان نقرس ۶ گرم پوست درخت نارون را جوشانده روزی ۳ فنجان بنوشند.

٤. جهت تسکین درد نقرس با روغن بابونه محل را ماساژ دهند. طرز تهیه روغن بابونه در قسمت رماتیسم آورده شده است.
٥. برای درمان نقرس بعد از غذا ای دمکرده بادیان رومی بنوشند.
٦. جهت درمان نقرس ۳ گرم انیسون را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۲ فنجان بنوشند.
۷. جهت تسکین درد نقرس ۱۰ گرم برگ شوکران را با ۳۰۰ گرم هویج پخته له شده مخلوط نموده به صورت ضماد بگذارند.
۸. جهت تسکین درد نقرس ۳ گرم گیاه بالوطی را در ۳۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنشوند.
۹. برای درمان نقرس دانه گیاه درخت بان را ابتدا در عرق گزنه خیسانده سپس در عرق کنجد جوشانده صاف نموده به محل درد بمالند.
۱۰. جهت درمان نقرس برگ‌های گیاه بتشک را به مقدار ۲۰۰ گرم در ۲ لیتر آب جوشانده سپس در حمام بدن را ماساژ دهند.
۱۱. یک گرم گیاه بتونیکا را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش چند دقیقه دم‌کرده بنوشند.
۱۲. برای تسکین درد نقرس ریشه تازه گیاه بخور مریم را له کرده به صورت ضماد بگذارند.
۱۳. جهت تسکین درد نقرس ۲۰ گرم برگ و گل برنجاسف را در وان حمام ریخته به مدت ۲۰ دقیقه در آب گرم آن استراحت کنند.
۱٤. برای درمان نقرس ۱۰ صبح و ٥ بعدازظهر ۲ گرم بسفایج را در ۱٥۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۱۵. از دمکرده بیدگیاه به مقدار ۲ گرم در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش روزی ۳ بار به مدت یک هفته استفاده شود.

۱٦. شربت بیدمشک برای بیماری نقرس مفید می‌باشد.

۱۷. برای درمان نقرس روزی ۲ بار هر بار ۳۰ قطره تنتور لیکوپود را همراه کمی آب بنوشند.

* تنتور لیکوپود از گرد گیاه پای گرگ تهیه می‌شود.

۱۸. جهت درمان نقرس ۲۰۰ گرم آویشن را در یک لیتر آب خیسانده ۲۰ دقیقه جوشانده هنگامی که ولرم شد محل درد را ماساژ دهند و یا پاها را با برگ‌های تازه آویشن به مدت چند ساعت بپوشانند.

۱۹. جهت درمان نقرس تودری را خیس نموده به صورت ضماد بگذارند.

۲۰. جهت درمان نقرس یک قاشق خاکشیر را با مقداری نبات در ۲۰۰ سی‌سی آب جوشانده سپس جرعه‌جرعه بنوشند و مقداری خاکشیر در آب جوشانده تا آب آن تبخیر شود سپس روی پارچه‌ای پهن نموده در محل درد به صورت ضماد بگذارند.

۲۱. برای درمان نقرس ۱۰ گرم برگ خشک درخت زبان گنجشک را در ۲۰۰ سی‌سی آب جوشانده ٥ دقیقه دم‌کرده هر ٤ ساعت به مدت ۸ روز یک فنجان میل شود.

۲۲. برای درمان نقرس ۲ گرم از برگ و گل شبدر در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۲۳. جهت تسکین درد نقرس ۳ گرم برگ شمشاد را در ۲۵۰ سی‌سی آب‌سرد جوشانده روزی ۳ فنجان بنوشند. از مصرف بی‌رویه این گیاه خودداری کنند زیرا باعث مسمومیت می‌گردد.

# نیروی جنسی

**اسپرم – انزال زودرس – قوه باه**

۱. پوست درخت گز را ساییده روزی ۲ بار هر بار یک قاشق چایخوری همراه شربت عسل میل کنند.

۲. جهت تقویت نیروی جنسی همراه غذا موسیر میل شود همچنین آن را کوبیده به صورت ضماد روی کمر بگذارند.

۳. روزی ۲ گرم حسن لبه جویده و میل شود.

٤. جهت تقویت نیروی جنسی و زیاد شدن اسپرم ۲ گرم اگیر ترکی و یک گرم دارچین را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش ۲۰ دقیقه دمکرده ساعت ٥ عصر همراه عسل به مدت ۱٤ روز بنوشند و به مدت سه ماه در سال ادامه دهند.

٥. برای تقویت نیروی جنسی حدود ۲۰ گرم انار دشتی بوداده را ساییده سپس با عسل و کنجد مخلوط نموده میل شود.

٦. جهت تقویت نیروی جنسی از دمکرده گل بابونه بنوشند و از عصاره گل و برگ بابونه بر بیضه، کنار ران و آلت تناسلی بمالند.

۷. جهت تقویت نیروی جنسی ۲ گرم بادیان رومی را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش ۲۰ دقیقه دمکرده سپس با عسل شیرین نموده میل شود.

۸. برای تقویت نیروی جنسی ۲۰ گرم بادیان کوهی را ساییده با ۳۰۰ گرم عسل مخلوط نموده ۱۰ صبح و ٥ عصر یک قاشق مرباخوری میل کنند.

۹. برای تقویت نیروی جنسی و افزایش توان باروری و تولید مثل یک قاشق مرباخوری بارهنگ را با یک لیوان آب جوشانده پس از سردشدن عسل به آن اضافه نموده عصرها بنوشند.

۱۰. کسانی که احتلام می‌شوند ۱۰ گرم برگ گیاه شوکران را با ۳۰۰ گرم هویج پخته له شده مخلوط نموده به صورت ضماد روی کمر بگذارند.

۱۱. جهت تقویت نیروی جنسی دانه و برگ گیاه بالباجوار استفاده کنند.

۱۲. جهت تقویت نیروی جنسی روزهای چهارشنبه قبل از طلوع آفتاب از بخور برگ بو استفاده شود.

۱۳. جهت تقویت قوه باه و تقویت نطفه ۲ گرم بسباسه را با ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۵ دقیقه دم‌کرده بنوشند.

۱٤. جهت تقویت نیروی جنسی روزی ۵ دانه بادام هندی با یک قاشق مرباخوری عسل میل شود.

۱۵. جهت درمان سرعت انزال به مدت ۱٤ روز هر شب ۱۰ قطره از تنتور بلادون بنوشند، با احتیاط مصرف شود.

۱٦. جهت تقویت نیروی جنسی روزی ۲ عدد بلوط شیرین بوداده میل شود.

۱۷. مصرف میوه بلیله باعث کم شدن نیروی جنسی می‌گردد بهتر است با عسل خورده شود.

۱۸. برای رفع سیلان منی گل‌های درخت بید را روزی ۲ بار هر بار ۲ گرم در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده ۱۰ صبح و ۵ عصر بنوشند.

۱۹. نوشیدن شربت بیدمشک شهوت را زیاد می‌کند بهترین زمان نوشیدن یک ربع بعد از جماع می‌باشد. البته با شکم پر نباید جماع کرد زیرا امکان بوجود آمدن زخم معده هست.

۲۰. جهت تقویت نیروی جنسی ۵ گرم چشم خروس را در یک لیوان شیر گرم خیسانده پس از سردشدن با کره گوسفندی به عنوان صبحانه میل کنند.

۲۱. برای تولید اسپرم بخصوص افراد سالمند ۵ گرم چشم خروس را در یک لیوان شیر خیسانده سپس همراه کره گوسفندی همراه صبحانه به مدت ۲ روز در هفته استفاده کنند.

۲۲. جهت تقویت میل جنسی در تابستان از شربت خاکشیر بنوشند و در زمستان از جوشانده خاکشیر با نبات بنوشند.

۲۳. جهت درمان انزال زودرس به مدت ۳ ماه هر ماه یک هفته روزی ۲ گرم تخم خرفه را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده ساعت ۵ عصر میل کنند اگر در ماه اول خوب شدند نیازی نیست که ادامه دهند.

۲٤. جهت درمان ورم رگ‌های بیضه خرفه را کوبیده به صورت ضماد بگذارند.

۲۵. جهت تقویت قوه باه عصرها ۲ گرم دارچین را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۲٦. برای برطرف نمودن بی‌میلی جنسی خانم‌ها ٤۰ گرم دارچین را با ٤۰ گرم انیسون ساییده هر روز بعدازظهر ۲ گرم در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۲۷. کسانی که سرعت انزال دارند به مدت ۱٤ روز، روزی ۳ بـار هـر بـار یـک گـرم دارچـین را در ۱۰۰ سـی‌سـی آب‌جـوش دم‌کـرده بنوشند.

۲۸. جهت درمان سستی کمر در اثر شهوت‌رانی زیـاد، دارچـین را بـا گل سرخ ساییده با روغن کرچک مخلوط نموده بـه پـشت و کمـر بمالند و رگ‌ها را خوب مالش دهند.

۲۹. برای بیشتر لذت بردن هنگام جماع دارچین را بـا گـلاب بـر سـر آلت بمالند یا این که دارچین را با کمی گـلاب حـرارت داده سـپس صاف نموده با کمی اوسیرین مخلوط کرده به آلت بمالند.

۳۰. جهت تقویت نیروی جنـسی ۵۰ گـرم تخـم سـاییده شـده درخـت زبان گنجشک را در ۵۰۰ گـرم عـسل مخلـوط نمـوده روزی یـک قاشق غذاخوری همراه یک لیوان آب هویج ساعت ۱۰ صـبح یـا ۵ عصر میل کنند.

۳۱. مصرف رازیانه باعث ازدیاد شهوت خانم‌ها می‌گردد.

۳۲. جهت درمان ورم بیضه ۵۰ گرم عـصاره شـبدر را بـا ۲۰۰ گـرم روغن زیتون مخلوط نموده حرارت غیر مستقیم (بن‌ماری) داده تا عصاره تبخیر شود سپس از روغن به محل بمالند.

۳۳. برای تحریک اعمال جنسی از دانه شبدر به مقدار ۳ گـرم در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۳٤. برای تقویت نیروی جنسی ابتدا ریشه شیرین بیـان را جوشـانده سپس خشک نموده پس از خـشک شـدن آسـیاب نمـوده ٤۰ گـرم پـودر را بـا ۱۵۰ گـرم عـسل مخلـوط نمـوده روزی یـک قاشـق چایخوری میل کنند کسانی که فشارخون آن‌ها بالاست همـراه آب

هندوانه استفاده کنند و بیماران دیابتی از خوردن آن خودداری کنند.

## بیضه

۱. جهت درمان بیضه آب آورده گرد باقلای هندی را روی برگ کرچک ریخته به صورت ضماد روی بیضه بگذارند و این کار را آن قدر تکرار کنند تا ورم بیضه کم شود.

۲. جهت درمان ورم بیضه ۲۰ گرم بابونه را در یک لیتر آب جوشانده سپس پارچه‌ای را خیس نموده بیضه‌ها را کمپرس کنند.

۳. جهت ورم بیضه خاکشیر را در آب جوشانده تا آب آن تبخیر شود سپس روی پارچه‌ای ریخته به صورت ضماد روی بیضه بگذارند.

۴. جهت درمان بیضه ضماد پخته پرسیاوشان را بگذارند.

## پروستات

۱. کسانی که پروستات دارند از خوردن بابونه خودداری کنند.

۲. برای درمان ورم پروستات ۲۰ گرم بارهنگ را در ۵۰۰ سی‌سی آب ۳۰ دقیقه جوشانده ۱۰ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۳. برای تسکین دردهای پروستات یک گرم برگ شوکران را در ۱۰۰ سی‌سی الکل ۲۵ درجه به مدت ۱۴ روز خیسانده سپس صاف نموده روزی یک بار هر بار ۱۰ قطره در کمی آب گرم چکانده بنوشند البته حتماً با نظر پزشک مصرف گردد.

۴. روزی ۳ – ۲ دانه بلوط هندی قبل از غذا میل شود.

۵. برای درمان ورم پروستات ۵ گرم بنفشه سه رنگ را با ٤ لیوان آب‌جوش در یک فلاکس ریخته به مدت ۲۰ دقیقه دم‌کرده هر ٦ ساعت یک فنجان بنوشند.

٦. کسانی که ورم پروستات دارند از خوردن دارچین خودداری کنند و مصرف زیاد دارچین باعث ورم پروستات می‌شود.

۷. برای درمان ورم پروستات ٦ گرم درمنه ترکی را در ۳۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده ۳ قسمت نموده طی ۳ نوبت در روز به مدت یک هفته میل شود.

۸. برای درمان ورم پروستات ۱۰ گرم شیرین بیان را در ۲۵۰ سی‌سی آب سرد خیس نموده سپس با حرارت ملایم جوشانده ۱۲ ساعت بماند صاف کرده با کمی عسل شیرین نموده میل شود.

## نیش حشرات

### زنبورگزیدگی – عقرب گزیدگی – مارگزیدگی

۱. جهت تسکین محل گزیدگی از روغن افلنجه استفاده شود.

۲. جهت عقرب گزیدگی برگ‌های گیاه اکلیپتا را له کرده به صورت ضماد بگذارند و حتماً نزد پزشک بروند.

۳. برای بیرون کشیدن سم عقرب گیاه بادآورد را به صورت ضماد می‌گذارند بهتر است حتماً نزد پزشک بروند.

٤. برای تسکین نیش زنبور و عقرب بادروج را کوبیده به صورت ضماد بگذارند.

۵. جهت تسکین درد نیش حشرات ضماد برگ بارهنگ را بگذارند.
٦. جهت تسکین درد گازگرفتگی سگ هار برگ بارهنگ را با نمک کوبیده به صورت ضماد بگذارند از واکسن ضد هاری حتماً استفاده شود.
۷. برای جلوگیری از پخش سم مار در بدن ریشه درخت بان را فرد مارگزیده جویده در محل گزش مار بگذارد و حتماً نزد پزشک برود.
۸. جهت جذب سم مار و عقرب ریشه گیاه بخور مریم را به صورت ضماد بگذارند.
۹. برنگ کابلی ضد سم مار و عقرب می‌باشد بعد از زدن واکسن با تجویز پزشک ۱۲ گرم میوه ساییده برنگ کابلی را همراه شیر میل کنند.
۱۰. جهت مارگزیدگی و نیش عقرب از سرکه پیاز عنصل به صورت ضماد بگذارند. طرز تهیه آن در قسمت سکته مغزی آورده شده است.
۱۱. برای از بین بردن حشرات گیاه باقلای مصری را در آب جوشانده سپس جوشانده را در اطراف منزل بپاشند.
۱۲. به شخص عقرب زده و رتیل زده بعد از تزریق واکسن روزی ۲ قاشق روغن دارچین بدهید مفید می‌باشد. طرز تهیه روغن در قسمت اعصاب آورده شده است.
۱۳. گیاه درمنه برای عقرب گزیدگی مفید است. برگ‌های درمنه را کوبیده به صورت ضماد در محل نیش بگذارند.

۱۴. گیاه سیها ضد سم عقرب گزیدگی و مارگزیدگی می‌باشد که البته باید تحت نظر پزشک مصرف گردد.
۱۵. جهت تسکین درد نیش زنبور شاهتره را کوبیده به صورت ضماد بگذارند.
۱۶. برای تسکین درد شخص عقرب گزیده شبدر را کوبیده به صورت ضماد در محل نیش بگذارند.
۱۷. عطر شمعدانی باعث فرار حشرات می‌گردد.

## واریس

۱. جهت درمان واریس ۵۰ گرم بابونه را در یک لیتر آب جوشانده سپس قسمت‌های واریس را بشویید.
۲. جهت معالجه زخم‌های واریس برگ تازه بارهنگ را کوبیده به صورت ضماد بگذارند.
۳. برای درمان واریس روغن شاه بلوط هندی را به موضع بمالند.
* **طرز تهیه روغن شاه بلوط هندی:** ۲۰۰ گرم پودر شاه بلوط هندی را با یک لیتر روغن کنجد مخلوط کرده در شیشه‌ای ریخته سپس به مدت ٦ ساعت در آب‌جوش حرارت غیر مستقیم داده سپس صاف نموده استفاده کنند.
٤. برای درمان واریس هر ماه به مدت یک هفته روزی ۲ بار هر بار ۲ گرم گل بنفشه سه رنگ را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده یک فنجان بنوشند و به صورت ضماد محل واریس بگذارند ضماد را هر روز به مدت ٤۰ روز بگذارند.

## هیستری

۱. برای رفع هیستری ۲ گرم بابونه را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده شب قبل از خواب بنوشند.
۲. جهت بیماری‌های هیستری ۳ گرم برگ و پوست درخت بداغ جنگلی را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.
۳. برای امراض عصبی و هیستری ۵ گرم گل پامچال را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده ۱۰ صبح و ۵ عصر بنوشند.
٤. برای جلوگیری از بیماری هیستری و جنون چند قطره عصاره شبدر را در بینی بچکانند.

## یائسگی

۱. جهت درمان ناراحتی‌های دوران یائسگی ٤ گرم بابونه را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۱۵ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ فنجان به مدت یک هفته درماه بنوشند.
۲. جهت درمان ناراحتی‌های یائسگی ۳ گرم بالوطی را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش ۱۵ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.
۳. برای درمان خونریزی‌های دوران یائسگی ۳ گرم از برگ و پوست بداغ جنگلی را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.
٤. برای از بین بردن گرگرفتگی و کم شدن عرق شبانه در دوران یائسگی ۱۵ گرم مریم گلی و ۵ گرم برنجاسف را در ۵۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۱۰ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

۵. برای رفع اختلالات یائسگی ٤ گرم شبدر زرد را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش ۲۰ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ فنجان بنوشند.

## یبوست

۱. جهت رفع یبوست از دمکرده برگ اشیرانت شب‌ها بنوشند.

۲. برای رفع یبوست ۳ یا ٤ عدد از میوه شمشاد میل کنند با احتیاط مصرف شود فقط برای اشخاص بالغ تجویز شود.

۳. برای درمان یبوست ۲ گرم ریشه الاملیک را با کمی کتیرا و عسل مخلوط نموده همراه آب بنوشند البته این گیاه سمی است بهتر است به صورت خوراکی مصرف نگردد.

٤. برگ انار دانه دشتی مسهل است ٦ گرم برگرا در ۲۵۰ سی‌سی آب جوشانده شب بنوشند.

۵. برای درمان یبوست یک گرم انیسون را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش ۱۰ دقیقه دم‌کرده بعد از غذا بنوشند.

٦. یک قاشق بارهنگ را در یک لیوان آب سرد به مدت ۳ ساعت خیسانده سپس جوشانده با نبات مخلوط کرده شب بنوشند.

۷. جهت درمان یبوست یک قاشق چایخوری بالنگو را در یک لیوان آب‌جوش خیس نموده پس از سردشدن با عسل شیرین نموده آخر شب میل کنند.

۸. جهت درمان یبوست یک گرم پوست درختچه برگ نو را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده شب بنوشند.

۹. برای رفع یبوست ۳ گرم بسفایج را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده شب وقت خواب بنوشند.
۱۰. شیره بگونیا مسهل می‌باشد.
۱۱. جهت درمان یبوست‌های سخت هر شب ۷ قطره از تنتور بلادون میل کنند.
۱۲. کسانی که یبوست دارند شاه بلوط هندی کم مصرف کنند.
۱۳. برای رفع یبوست ۱۰ گرم بنفشه را با کمی شیرخشت مخلوط کرده در یک لیوان آب‌جوش خیسانده آخر شب بنوشند.
۱٤. برای برطرف کردن یبوست ۳ گرم بنفشه سه رنگ را در ۱۵۰ سی‌سی آب‌جوش ۵ دقیقه دم‌کرده آخر شب بنوشند.
۱۵. جهت دفع یبوست از تنتور هاگ گیاه پای گرگ که لیکوپود نام دارد حدود ۱۰ تا ۳۰ قطره با کمی آب میل شود.
۱٦. جهت درمان یبوست‌های مزمن گل خطمی، پرسیاوشان، غازیاغی و پوست گیاه زبان گنجشک از هر کدام ۵ گرم را در ۸۰۰ سی‌سی آب‌جوش جوشانده ۳۰ دقیقه دم‌کرده قبل از غذا یک فنجان بنوشند.
۱۷. برای درمان یبوست ۱۰ گرم پیاز عنصل تشویه شده و ٦۰ گرم نمک را با ۲۰۰ گرم روغن سرخ نموده هر صبح ناشتا حدود ۷ گرم میل کنند.
۱۸. برای رفع یبوست ۲۰ گرم بلغور چاودار را در ۲۵۰ گرم آب جوشانده شب میل کنند.
۱۹. جهت درمان یبوست یک قاشق خاکشیر را در یک لیوان آب جوشانده صبح ناشتا جرعه‌جرعه بنوشند.

۲۰. بـرای درمـان تنبلـی روده ۱۰ صـبح و ۵ عـصر از جوشـانده خاکشیر بنوشند.

۲۱. برای درمان یبوست ۱۰۰ گرم ریشه خطمی را ٢٤ ساعت در یـک لیتر آب خیسانده سپس صاف نموده یک کیلو شکر به آن اضـافه نموده با حرارت ملایم حرارت داده تا بجوشد پس از نـیم سـاعت از روی حـرارت برداشـته ۱۰ صـبح و ۵ بعـدازظهر یـک قاشـق غذاخوری میل کنند.

۲۲. دمکرده تخم خطمی خبـازی یـک مـسهل قـوی اسـت و بازکننـده گرفتگی‌های روده می‌باشد.

۲۳. کسانی که یبوست دارند در مصرف دارچین زیاده‌روی نکنند.

٢٤. برای رفع یبوست ٦ گرم برگ درخـت زبـان گنجـشک را در ۱۵۰ سی‌سی آب جوشانده شب بنوشند.

۲۵. مسهل ملایم: ۳۰ گرم رازیانه، ۲۰ گرم شیرین بیان، ۱۰ گرم برگ سنا همه را کوبیده آخر شب یک قاشق چایخوری همراه یک لیوان آب میل شود، کسانی که بیمـاری قنـد و یـا فـشارخون دارنـد بـا احتیاط مصرف کنند.

٢٦. بـرای درمـان یبوسـت ۳ گـرم ریـشه زامـور افابنـد را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده شب بنوشند.

۲۷. برای رفع یبوست ۵۰۰ گرم بـرگ تـازه شـاهتره را در ٤٠٠ گـرم شکر کوبیده سپس حدود ۱۰۰ گـرم عـرق کاسـنی بـه آن اضـافه نموده جوشانده تا به صورت شربت درآید شب وقـت خـواب ۲ – ۱ قاشق غذاخوری میل کنند.

۲۸. کسانی که یبوست دارند مقدار کمی شبدر تازه را همراه غذا بخورند.

۲۹. برای درمان یبوست ۲ گرم برگ خشک شمشاد را با یک قاشق غذاخوری عسل مخلوط نموده همراه آب میل کنند از مصرف بی‌رویه این گیاه خودداری کنند زیرا باعث مسمومیت می‌گردد.

۳۰. جهت درمان یبوست ۱۰ گرم شیرین بیان را در ۲۵۰ سی‌سی آب سرد ریخته هنگامی که جوش آمد ٥ دقیقه جوشانده ۱۲ ساعت بماند صاف نموده یک استکان آخر شب و یک استکان صبح ناشتا بنوشند. کسانی که فشار خون آن‌ها بالاست از خوردن شیرین بیان خودداری کنند.

## یرقان

**زردی**

۱. برای درمان یرقان ۳۰ گرم برگ گز را همراه با شکر در یک لیتر آب‌جوش ریخته بعد از یک ساعت صاف نموده روزی ٤ فنجان بنوشند.

۲. برای درمان یرقان‌های سوداوی به مدت ٥ روز، روزی ٥ گرم افنجله را در ۲۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده روزی ۳ فنجان به مدت ٥ روز بنوشند.

۳. برای درمان یرقان ۱۰ گرم گیاه نبات الشیخ را در ۲۵۰ سی‌سی آب‌جوش ۱۰ دقیقه دم‌کرده روزی ۳ فنجان به مدت ١٤ روز بنوشند.

۴. جهت درمان یرقان یک گرم گیاه بتونیکا را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۵. جهت درمان یرقان حدود ۲ گرم از ریشه بخور مریم با کمی کتیرا میل شود این گیاه سمی است نباید زیاد مصرف شود.

۶. کسانی که یرقان دارند صبح و عصر یک گرم بسفایج را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده بنوشند.

۷. جهت درمان یرقان و بیماری‌های کبدی روزی ۳ بار هر بار ۲ گرم از ساقه بید گیاه را در ۱۰۰ سی‌سی آب‌جوش دم‌کرده، مقداری پوست لیموخشک نیز به آن اضافه کنند به مدت یک هفته در ماه بنوشند.

۸. کسانی که مبتلا به بیماری یرقان شده‌اند صبح و عصر از شربت بیدمشک بنوشند.

۹. یک نسخه برای درمان یرقان: عرق بیدمشک، عرق بید، عرق کاسنی و عرق شاهتره را به طور مساوی مخلوط کرده روزی ۳ بار هر بار یک استکان با ۲ گرم تخم خرفه مخلوط کرده به مدت ۱۴ روز میل شود.

۱۰. خرفه برای درمان بیماری یرقان مفید می‌باشد از دمکرده تخم خرفه و سبزی خرفه استفاده.

۱۱. برای درمان نوزادانی که زردی دارند (تازه متولد شده‌اند) مادر نوزاد روزی نصف استکان عرق شاهتره با نصف استکان عرق کاسنی مخلوط نموده به مدت ۸ روز بنوشد.

# منابع و مآخذ

- معارف گیاهی (دوره هشت جلدی)، حسین میرحیدر، چاپ نشر فرهنگ اسلامی، ۱۳۷۳ .
- گیاهان دارویی (دوره پنج جلدی)، دکتر علی زرگری، انتشارات دانشگاه تهران، ۱۳۷٤ .
- زبان خوراکی‌ها، دکتر غیاث‌الدین جزایری، انتشارات امیرکبیر، ۱۳۵۱.
- غذا و شفا، دکتر محمد صادق رجحان، نشر کتابفروشی خیام، ۱۳٦٦.
- دایره‌المعارف بزرگ طب اسلامی (دوره پنج جلدی)، آیت‌اله مصطفی نورانی، نشر فخرالدین، ۱۳۸٤.
- جسم و جان، پروفسور محمدحسین حاجبی، انتشارات زوار، ۱۳۵۰.
- نسخه‌های شفابخش، ترجمه مهدی نراقی، انتشارات امیرکبیر، ۱۳۵۳.
- قانون در طب، شیخ‌الرئیس ابوعلی سینا، عبدالرحمان شرفکندی، انتشارات سروش، ۱۳٦۷.
- دانشنامه درعلم پزشک، حکیم عیسری، انتشارات دانشگاه تهران، ۱۳٦٦.
- تعالیم بهداشتی اسلام، دکتر صفدر صانعی، انتشارات فردوسی، ۱۳٤۹.
- نسخه شفا، دکتر صفدر صانعی، نشر دیبا، ۱۳۷۲.
- اسرار خوراکی‌ها، دکتر غیاث‌الدین جزایری، کتابهای پرستو، ۱۳٤۳.
- خوددرمانی با گیاهان دارویی، خسرو بابائی، نشر حافظ، ۱۳٦٦.

- درمان با گیاه، دکتر فریبرز معطر، دکتر هادی صمصام شریعت، دکتر سلیمان افشاری‌پور، انتشارات مشعل، ۱۳٦۰.
- گیاهان معجزه‌گر، دکتر فرخ سیف بهزاد، انتشارات نگرش روز، ۱۳۷۸.
- گیاهان داروئی، حضرت آیه الله مصطفی نورانی، نشر فخر دین، ۱۳۸٤.
- نسخه‌های شفابخش، مهدی نراقی، انتشارات امیرکبیر، ۱۳٦٥.
- گیاهان و داروهای طبیعی، دکتر هادی صمصام شریعت، دکتر فریبرز معطر، نشر کیوان، ۱۳٦٥.
- داروخانه گیاهی، کاظم مقدم، نشر پیام جلال، ۱۳۸٤.
- گیاهان دارویی، آریا فلاحتگرلیش، انتشارات لاهیجی، ۱۳۸۲.
- گیاهان داروئی، سیدمهدی رضوی، انتشارات تلاش، ۱۳۸٤.
- گیاهان در قرآن، دکتر محمد اقتدار حسین فاروقی، احمد نمائی، انتشارات خاتم، ۱۳۷۹.
- گیاهان داروئی سمی، دکتر هادی صمصام شریعت، دکتر فریبرز معطر، انتشارات استقلال، ۱۳۷۱.
- گیاهان داروئی، ژان ولاگ وژیری استودولا، ساعد زمان، انتشارات ققنوس، ۱۳۷۰.
- گیاه درمانی، کاظم مقدم، نشر لوح دانش، ۱۳۷۸.

راز تندرستی با گیاهان داروئی، مجید حاتمی، انتشارات انتظار سبز، ۱۳۸٤.

- گیاهان دارویی، علیرضا آشوری، نشر آبفام، ۱۳۸۳.
- عوامل و درمان بیماریهای اعصاب با گلها و گیاهان، مینو شکوهمند، انتشارات بوستان دانش، ۱۳۸۲.
- آشنایی با گیاهان دارویی، نویسنده: دکتر ژان شاتونه، دکتر ابراهیم ماکوئی، نشر روز، ۱۳۶۷.
- صد گیاه هزار استفاده، ایوروشه، مرضیه آزاد، نشر ناهید، ۱۳۶۹.
- صد گیاه و هزار درمان، دکتر حسین عرفانی، انتشارات دانش، ۱۳۶۰.
- گیاهان دارویی، پروفسور هانس فلوک، دکتر محمدرضا توکلی صابری، دکتر محمدرضا صداقت، انتشارات روزبهان، ۱۳۶۸.
- طب‌الرضا و طب‌الصادق، علامه مرتضی عسکری، کاظمی فلفایی، نشر فؤاد، ۱۳۵۹.
- درمان گیاهی با طب سنتی، حسین واحدی، نشر نوند، ۱۳۸۲.
- بهترین نکته‌های سلامتی و پزشکی میوه ها و گیاهان، مجید حاتمی، انتشارات گلهای بهشت، ۱۳۸٤.
- تقویت نیروی جنسی با گیاهان دارویی، مجید حاتمی، انتشارات انتظار سبز، ۱۳۸۲.
- معجزه گیاهان دارویی اکسیر سبز، مهری دانشور صالحی، نشر مهبان، ۱۳۷۹.
- طب سنتی سینا، سید مهدی خسروی، نشر محمد، ۱۳۷٤.

- مجموعه طب سنتی و گیاهی، اسماعیل اژدری، نشر باربد، ۱۳۷۰.
- عوارض جانبی داروهای گیاهی جلد اول، دو اسمت، کلر، هانسل، چندلر، دکتر محسن تفقدی، دکتر رضا امیری، انتشارات علوم پزشکی مشهد، ۱۳۸۳.
- نسخه عطار از مجموعه گیاهان، ح. محمدتقی عطارنژاد، انتشارات افتخاری، ۱۳۷۳.
- نسخه‌های حکیم باشی، محمد میرزا عبدالرحیم، انتشارات معراج، ۱۳۷۸.
- درمان گیاهی، اسماعیل شوعی، انتشارات استاد، ۱۳۷۰.
- عقاید سنتی مردم ایران درباره بیماریهای رایج در ایران، دکتر ابوتراب نفیسی، انتشارات دانشگاه اصفهان، ۱۳٦۸.
- طب سنتی دوره ۳ جلدی، دکتر لطفعلی بریمانی، نشر گوتنبرگ، ۱۳٦۳.

مفید و مختصر
۶

# درمان با موادمعدنی ، غلات و ویتامین ها



به کوشش : محمدجوادهوشیار